Staatl. Bibliothek
Regensburg

~~11. 37. 1~~

Paid 4/0.

Wie können Frauenzimmer frohe Mütter gesunder Kinder werden, und selbst dabei gesund und schön bleiben?

von

Dr. Georg Friedrich Hoffmann
dem Jüngern,
Arzte zu Frankfurt am Mayn.

1. Band

Zweyte, vermehrte und verbesserte Auflage.

La santé est la base de la beauté — —

Frankfurt und Leipzig.
In der Jägerischen Buchhandlung.
1791.

Vorrede zur zweyten Auflage.

Die allgemeine gütige Aufnahme dieses Büchelchens, der mir überaus schmeichelhafte Beyfall des schönen Geschlechts, haben die Erscheinung dieser zweyten Ausgabe nothwendig gemacht und beschleunigt. — Ich habe gegenwärtig weiter nicht viel davon zu sagen, als daß ich das Werkchen hin und wieder verbessert, und ausser einigen beträchtlichen Zusätzen, noch mit einem neuen Abschnitt über das Selbststillen und die nöthige Vorbereitung dazu, vermehrt habe. Ich hoffe hier nichts Ueberflüßiges gethan zu haben; auch wenn ich in diesem Abschnitt ein bißgen weitläufig gewesen seyn sollte; denn da ich meine verehrungswürdige Leserinnen von der Nothwendigkeit des Selbststillens und der Vorbereitung dazu, überzeugen wollte; so mußte ich allerdings etwas von den Vortheilen desselben in Absicht auf die Gesundheit, und von

dem Nachtheil der Unterlassung, und denjenigen Umständen sagen, welche die Mütter vom Selbststillen ausschliesen. Dies schien mir um so nothwendiger, damit sie sich nicht unnöthiger Weise mit der Vorbereitung plagen, dieselbe aber auch nöthigen Falls, nicht unterlassen. Mehr hiervon zu sagen, verbietet mir mein vorgesetzter Plan. Im zweyten Bändchen aber, wo ich vom Verhalten der Frauenzimmer nach der Niederkunft und der Behandlung neugebohrner Kinder spreche, werde ich auch diese Materie vom Selbststillen, der Wahl und Lebensordnung einer Säugamme und Selbststillenden, dem Abgewöhnen der Kinder, u. s. f. weitläufiger abhandeln, und da soll hoffentlich nichts übergangen werden, was Ihnen zu wissen nöthig ist. —

Ich habe nun für diesmal nichts weiter auf dem Herzen, als den wärmsten Wunsch: Daß Sie allen möglichen Nutzen aus diesem Werkchen schöpfen, und mir auch ferner Ihren überaus schätzbaren Beyfall schenken mögten!

Einleitung.

Kein Stand verdient wohl mehr Aufmerksamkeit, Achtung und Sorgfalt, als derjenige des schönen Geschlechts, in welchem es dem Staat einen neuen Weltbürger verspricht. Aber nie sind auch seine Pflichten gegen sich und den Staat gröser und wichtiger, als zu eben dieser Zeit. Schon die ältesten Völker liefern uns die schönsten Beyspiele der allgemeinen Verehrung dieses Standes. Das weibliche Geschlecht genoß alsdann Freyheiten, die jedem andern versagt waren. Jede Schwangere wurde von den alten Königen in Persien mit einer doppelten Goldmünze beschenkt. Die Athenienser hatten sogar ein Gesetz, welches selbst Mörder verschonete, wenn sie ihre Zuflucht bey einer Schwangern nahmen, und dieselbe auf ihrer Flucht erreichten. Auch bey den alten Deutschen schon, durften die schwangern Weiber nicht einmal in Kriegszeiten feindlich behandelt, noch vielweniger beraubt

 wer=

werden. — Wenn zu Rom durch die Begegnung einer Magistratsperson jedermann gehalten wurde, vor dem ungestümen Zurufen der Liktoren auszuweichen und Platz zu lassen, so konnte noch ein verheurathetes Frauenzimmer, und selbst ihr Ehemann, wenn er neben ihr saß, ohngehindert vorüberfahren, damit sie nicht durch einen Zwang oder Stoß Schaden leiden mögte. Die Römer verboten nicht nur wie der Rath zu Athen, die Hinrichtung oder jede andere Art der Todesstrafe einer Schwangern bis nach ihrer Niederkunft, sondern verboten sogar alle Untersuchung oder Inquisition mit Schwangern; sie durften auch, wenn sie dem Gebähren nahe waren, weder zum Zeugnis geben, noch zum Eidschwören vor Gericht gezogen werden, sondern der Notarius mußte sich, wo es nöthig war, zu ihnen ins Haus verfügen. — Wer sich bey den Morgenländern untersteht, ein schwangeres Weib zu beleidigen, sagt Ballexerd, der wird als ein Ungeheuer angesehen, das man vertilgen muß, und wer ihnen nicht mit der zärtlichsten Achtung begegnet, der fehlt gegen

eine

eine religiöse Uebung, die sie mit der grösten Sorgfalt beobachten. Die Juden, welche doch, wie man weiß, immer so strenge auf ihr Gesetz hielten, gestatteten ihren gesegneten Weiber, welche sich hierinn nicht überwinden konnten, daß sie nach Wohlgefallen das Verbot brechen, und sich mit Schweinefleisch sättigen durften. — Auch von dem Fasten, welches auf besondere Tage in der katholischen Kirche eingeführt und befohlen ist, sind die Schwangern befreyt, und sie geniessen, so lange dieser ihr Zustand dauert, alle Rechte kranker Menschen. — Wenn während dem Gottesdienst zu gewissen Zeiten sehr darauf gehalten wird, daß sich alle Anwesende auf ihre Knie niederwerfen, so wird es keiner schwangern Frau verdacht, wenn sie ruhig sitzend ihr Gebet verrichtet. — Zu Eßlingen in Schwaben empfängt nach geendigter Weinlese, jede Frau vom Stadtrath eine, jede Schwangere aber zwey Maas Wein zum Geschenk. — Und aller Orten, wo eine gute Polizey ist, sagt Herr Frank, ist sie für diese so nothwendige Klasse von Menschen wachsam, und wendet alle ihre Sorgfalt.

darauf, daß nach Möglichkeit, alle auch weniger in die Augen fallende Gegenstände mit Nachdruck entfernt werden, durch welche das grose Geschäft der Erzeugung unserer Nachwelt, und die Bevölkerung geschwächt oder gar erstickt werden könnte; sie sucht die Gefahren, welche Mutter oder Kind, oder beyden zugleich drohen, mit würklicher Vatersorge abzuwenden, damit jede mit einer Leibesfrucht gesegnete Bürgerinn, freudig und mit tröstlicher Sicherheit ihr Ziel erreichen möge. — Kurz jede Obrigkeit macht sich eine Pflicht daraus, alles was schwangern Personen Schaden bringen könnte, zu entfernen, und auch den Keim eines Menschen als einen nicht todten Theil der Gesellschaft zu betrachten, welcher einen billigen Anspruch auf den Schutz zu machen hat, welchen das gemeine Wesen jedem menschlichen Geschöpfe schuldig ist. — Und jedermann, der von guter Erziehung ist, und selbst eine gute Lebensart besitzt, ist von Jugend auf gewohnt, Ehrerbietung für schwangere Weiber zu haben, und alles zu entfernen, was die Ruhe der Wöchnerinnen stöhren kann, und ihr so

viel möglich in allem zu Gefallen zu leben. — Der Gärtner sucht die ersten Früchte eines jungen Bäumchens einer Schwangern anzubieten, und hofft von dieser Gefälligkeit, alle mögliche Fruchtbarkeit für seinen jungen Stamm zu gewinnen. — Jedermann weicht einem gesegneten Weibe auf der Strase aus, und wenn dasselbe durch einen Zufall überrascht wird, bietet man ihr seine Begleitung an — und sollte sie auf der Strase einmal, von dringenden Wehen oder einem andern Zufall befallen werden, so ist jedermann bereit, sie in sein Haus aufzunehmen, und ihr thätige liebreiche Hülfe zu leisten. — Bey allen öffentlichen Gelegenheiten gehen sie andern nicht Schwangern von gleichem Range billig vor. — Man sucht ihnen an jedem Ort ihres Auffenthalts alle mögliche Bequemlichkeiten zu verschaffen — man kömmt jedem ihrer Verlangen zuvor — nimmt ihnen jedes mühsame Geschäft ab — ist Tag und Nacht bereit, alle andere Geschäfte bey Seite zu setzen, um ihnen, wenn sie rufen, beyzuspringen u. s. w. Kurz! der Zustand einer Schwangern flößt natürlicher Weise,

jedem emfindsamen Herzen eine stille Verehrung ein, die an ihrem Schiksal ein wesentliches Antheil nehmen macht, und bis zu dessen glüklicher Entscheidung, uns einer Art von Beruhigung überläßt.

Aber doppelt verbunden sind Sie auch Ihrer Seits in diesem für Ihr beyderseitiges Wohlseyn so äusserst wichtigen Zeitpunkt, recht wachsam auf Ihre Gesundheit zu seyn, wenn Sie die allgemeine Verehrung und Vorzüge dieses Standes verdienen, und mit Recht geniesen wollen. Und ihr gesegnete Mütter! sagt daher Herr Kahn so schön als treffend, ihr selbst solltet gegen die Frucht, die Ihr in eurem Leibe nähret, die wenigste Zärtlichkeit besitzen. — Ihr solltet über ihr ungehindertes Wachsthum, über die Ruhe und Sicherheit in seiner Herberge allein gleichgültig sey. — **Ihr solltet das mit Eurer eignen Gesundheit und Leben so eng verbundene Leben und Gesundheit**, des für die Ewigkeit geschaffenen Geschöpfs, eines vielleicht für den Staat so nützlichen, und vielleicht die gröste Bestimmung mit sich auf die Welt bringenden Mitglieds. — Ihr solltet Eure eigne

Frucht,

Frucht, Fleisch von Eurem Fleisch, Blut von Eurem Blut, die Freude Eurer künftigen Tage, vielleicht die einzige Hülfe in den auf Euch wartenden Krankheiten, den einzigen Trost in Kummer und Leiden, die einzige Stütze Eures künftigen Alters, durch eigne Schuld, durch Eure Nachläßigkeit, Unvorsichtigkeit, durch Eure Eitelkeit und Muthwillen verderben! —

Es ist wahr, es giebt noch viele Ursachen, die auch bey dem besten Verhalten der Mutter, dennoch die nemlichen übeln Würkungen hervorbringen können. Aber thun Sie das Ihrige, erfüllen Sie Ihre Pflichten, wozu Sie Gott und die Natur verbinden; so können Sie ruhig seyn; so haben Sie dann nicht nöthig, Ihr Gewissen mit kränkenden Vorwürfen zu martern. — Aber man fordert zu viel von Ihnen, wenn man verlangt, daß Sie meiden sollen, was Ihnen schädlich ist, ohne daß Sie eine genaue hinlängliche Kenntniß davon haben.

Es wäre würklich für das Wohl des Menschengeschlechts äusserst wichtig, daß man jungen Leuten, besonders einer gewissen Klasse, wenn

sie

sie sich verehlichen wollten, vorher die nöthigen Begriffe und Pflichten ihres neuen Standes beybrächte, die mehr auf ihr körperliches Wohl und die Erhaltung ihrer Leibesfrüchten abzielten. Man sollte ihnen hier von den vornehmsten Pflichten gegen sich, ihre Leibesfrüchte und den Staat, überhaupt von allem Nachricht geben, was ihnen in Absicht auf ihre Gesundheit nutzen und schaden kann. Man sollte ihnen eine gewisse nothwendige Mäßigkeit in allen, und besonders in gewissen Dingen während der Schwangerschaft und andern Unpäßlichkeiten empfehlen u. s. w. Verzeihen Sie meine v. L! dieser Gedanke ist nicht ganz neu, und noch viel weniger mein Eigenthum; denn andere Nationen erfüllen schon lange, was ich Ihnen hier die Ehre habe zu sagen. So lassen die **Völker zu** Sierra / Leone, in einem besondern Haus, ihre mannbaren Jungfrauen ein Jahr lang durch tugendhafte Greise, über alles wohl unterrichten, was auf die Glükseeligkeit Ihres künftigen Zustandes, einen Einfluß haben kann. So lang ein ähnlicher Unterricht bey uns fehlt, so lange ist gewiß ein solches

Büchel-

Büchelchen wohl nicht ganz überflüßig! Denn viele Ihres Geschlechts meine f. Leserinnen! fehlen aus Unwissenheit auf die unschuldigste Art von der Welt, indem sie die Dinge nicht hinlänglich kennen, die Ihnen während Ihrer Schwangerschaft, nachtheilig zu seyn im Stande sind. Andere fehlen aus Unvorsichtigkeit. — Sie kennen vielleicht die Fehler einigermassen, die sie vermeiden sollen; aber sie glauben nicht Rüksicht darauf nehmen zu müssen, weil ihnen die Folgen nicht wichtig genug scheinen, und weil sie manchmal eine Zeitlang davon verschont bleiben. Die Zukunft lehrt sie aber leider! zu ihrem eigenen Schaden, und oft zu spät, wie sehr sie sich in ihrer Meynung betrogen haben. Vorzüglich junge Weibchen fehlen sehr oft aus Unwissenheit, weil sie sich, wie der verdienstvolle Zükkert sagt, aus Bescheidenheit nicht gern bey ihren Freundinnen um Ehestandsangelegenheiten erkundigen. — Sie glauben mehrentheils nicht, daß sie in andern Umständen sind, als bis es ihnen die ganze Welt sagen kann. Unterdessen leben sie unbesorgt, mit aller jungfräulichen Lebhaftigkeit,

und bereiten sich in stolzer Sicherheit viele künftige Uebel. Man darf nur wenig Erfahrung haben, um einzusehen, wie wahr dies ist. Verdient man also nicht einen kleinen Dank, wenn man Ihnen ein Büchelchen in die Hände giebt, in welchem Sie alles, oder doch gewiß das Meiste finden, was Ihnen in Ihrer Schwangerschaft schaden oder nutzen kann, ohne daß Sie gerad nöthig haben, sich wegen jeder Kleinigkeit bey andern Raths zu erholen? — Ihnen sey daher dies Werkchen ganz bestimmt, meine schöne Leserinnen! Ich will Sie darinn so unterhaltend, als mir möglich ist, mit den vornehmsten Regeln bekannt machen, deren Beobachtung Sie gesund und schön erhalten, und zu frohen Müttern gesunder Kinder machen soll. Ich verspreche Ihnen, Sie sollen hier keine trokne Abhandlung über medicinische Gegenstände finden, die Ihnen mit Recht so unangenehm seyn, und vielleicht Eckel und Langweile erregen würde. Nein! ich werde überhaupt immer so vorsichtig als möglich zu Werke gehen, um Ihre Gewogenheit, die mir so theuer ist, nicht muthwillig zu

verscherzen. Aber werden Sie auch nicht gleich unwillig, wenn ich bisweilen ein wenig ernsthaft seyn muß; denn ich gestehe Ihnen ohne Heucheley, und Sie werden mir gewiß wegen meiner Aufrichtigkeit verzeihen; so gros die Achtung ist, die ich für den schönsten Theil der Schöpfung habe; so werde ich mich doch dadurch nicht bestechen lassen, Ihnen da Schmeicheleyen zu sagen, wo ich Ihnen aus Pflicht Wahrheiten sagen muß, die nur ganz allein zum Besten Ihrer Gesundheit abzwekken sollen. —

Vor allen Dingen fliehen Sie das Heer geschäftiger Rathgeber und Rathgeberinnen, die fast immer zu unwissend sind, wenigstens in diesem Stük, Ihnen einen vernünftigen nützlichen Rath geben zu können. Da Mitleiden und die Begierde Hülfe zu leisten, ein Hauptzug Ihres eigenen edlen Charakters ist; — so haben sie auch noch um dieser Ursache willen nöthig, sich selbst mit den vornehmsten Regeln der Gesundheit bekannt zu machen, damit Sie auch bey andern in der lobenswürdigen Absicht Nutzen zu bringen, durch einen gefährlichen Rath keinen ungleich grösern

fern Schaden stiften. — Viele Vorurtheile, fast alle, tragen leider! zu ihrer eignen Aufrecht-haltung, das Gepräge des Alterthums auf der Stirne; worunter das gute Rathertheilen, besonders in Ansehung der Arzneymittel, billig den ersten Platz behauptet. Man hätte viele Blätter nöthig, wenn man nur alle die schöne Sächelchen nennen wollte, die schon so manche um ihre theure Gesundheit gebracht haben, und noch täglich bringen. Hüten Sie sich ja, gleich jedes Mittelchen zu gebrauchen, das andern auch geholfen haben soll, wenn es Ihnen auch noch so warm empfohlen wird. Ich werde selbst noch Gelegenheit haben, über den Gebrauch der Arzneymittel weitläufiger zu sprechen. Hier sey es genug, Sie gegen diejenigen Mittel vorsichtig und mißtrauisch zu machen, die Ihnen in der Absicht angerathen werden, weil sie andern auch geholfen haben. Wer sich nur ein bißgen die ausserordentlich grose Verschiedenheit der Krankheiten zu denken im Stande ist, wird leicht das Uebereilte und Gefährliche die Art zu schliessen, einsehen; denn so wenig sich unsere Physio-

gnomien

gnomien einander ganz gleich sind; so wenig findet man Menschen von einer ganz ähnlichen Constitution des Körpers, der Reitzbarkeit, des Temperaments. Muß daher nicht das nemliche Mittel bey verschiedenen Menschen verschiedene Würkungen hervorzubringen im Stande seyn? Und kann es daher nicht jenem heilsam, und diesem äusserst schädlich werden? Wenn sie nur dies bedenken; so werden Sie gewiß recht behutsam, sowol in Ansehung des Gebrauchs, als auch der Empfehlung solcher renomirten Mittel seyn. Dies sind Wahrheiten, die zwar allen Aerzten, aber vermuthlich nicht allen meinen Leserinnen bekannt sind. Und wenn sie Ihnen auch bekannt seyn sollten; so handeln sie doch oft dagegen; sie können daher nicht ernsthaft genug gesagt, und oft genug wiederholt werden.

Ich hoffe bey Ihnen um so mehr Eindruk zu machen, und Glauben zu verdienen, da ich Ihnen hier, so wie in der Folge, meist lauter Wahrheiten alter, erfahrner, in Ausübung der Heilkunde graugewordener Aerzte aufstellen werde. Wie glüklich wollte ich mich schätzen, wenn

sie meinen Vermahnungen Gehör gäben, und wenn ich dadurch alles von Ihnen zu entfernen im Stande wäre, was irgend einen nachtheiligen Einfluß auf Ihre Gesundheit haben könnte! Aber ich verlange zu viel! Auch zufrieden, hinlänglich belohnt für meine geringe Mühe, will ich mich glauben, wenn ich nur hier und da einige Opfer der Macht des Vorurtheils und der übeln Gewohnheit entreissen kann. Also lesen Sie immerhin ohne Bedenken dies Büchelchen recht fleißig, auch wenn sie es heimlich thun sollten! Aber warum dann heimlich! Verdient es wohl in die Classe der für Frauenzimmer unanständigen Bücher gesetzt zu werden? Gewiß nicht so, wie viele andere, die ich nicht nennen mag, um meine verehrungswürdige L. nicht erst aufmerksam darauf zu machen. Wer kann es Ihnen verdenken, wenn Sie sich so genau als möglich mit den vornehmsten Pflichten Ihres Geschlechts bekannt machen wollen! — Ich werde mich zwar mit Ihnen über Gegenstände unterhalten müssen, worüber Sie zu erröthen gewohnt sind. Ich hoffe es aber immer auf so eine Art

zu thun, daß weder Ehrbarkeit noch Wohlstand darunter leiden; denn ich bin nicht Willens, Ihr schönstes Gut, die Schaamhaftigkeit zu verletzen, die Ihrem Geschlecht so wohl ansteht. Nein! ich will Sie nur vor einer mißverstandenen, übel angebrachten Delikatesse warnen, die Ihnen zu keiner Zeit nachtheiliger werden kann, als zu dieser. Und zu dem ist es ja Aerzten schon erlaubt, etwas freyer als andere Menschen, über gewisse Dinge zu sprechen. Das müssen Sie gefälligst bedenken!

Und nun noch etwas weniges, das dies Büchelchen selbst betrifft. Ich müßte nicht Mensch seyn, wenn ich läugnen wollte, daß mir die gute Aufnahme meiner Arbeit Freude machen würde. Ich werde freylich der gelehrten Welt hier nichts Neues sagen, auch bin ich nicht der Allererste, der diesen Pfad betritt; beydes weiß ich sehr gut. Aber sind dann diejenigen Bücher der größten Aerzte, gerade in den Händen derer, die eigentlich nützlichen Unterricht daraus erlangen könnten? Sind sie so eingerichtet, daß sie Frauenzimmer mit Nutzen lesen können und wollen? Und können so nützliche, so äusserst wichtige Wahrheiten

oft genug wiederholt werden? Doch dies ist bey weitem der schlechteste Grund, der mir zur Entschuldigung dienen könnte. — Auch soll ers nicht; aber er gehört mit zu den drey Fragen, die sich jeder beantworten muß, dem ein solches Unternehmen überflüßig scheint. — Also auch um dieser, und keiner andern Ursache willen, weil diese Blätter vorzüglich für das schöne Geschlecht bestimmt sind, enthalte ich mich aller hier ganz unnöthigen Citaten, um gelehrt zu scheinen. Tissot, Zükkert, Zimmermann, Unzer, Frank, Weikard, Friedrich Hofmann, Levret, Röderer, le Roux, Rahn, und einige andere, sind die Quellen, woraus ich geschöpft habe, und die ich hier angebe. Dies meinen Herren Recensenten zur Nachricht! Jede zwekmäsige, unpartheiische Erinnerung derselben, wird mir äusserst willkommen seyn, und ich werde gewiß, sollte dies Büchelchen mehrere Auflagen erleben, mit Dank Gebrauch davon machen. Doch verzeihen Sie meine schöne Leserinnen! daß ich Sie da mit Dingen unterhielt, die Ihnen vermuthlich ganz gleichgültig seyn müssen: aber ich gehorche Ihrem Wink, und wende mich nun zum Anfang des Werkchens selbst.

In-

Inhalt.

Erster Abschnitt.

Schwangerschaft. Allgemeine Zeichen derselben. Wichtigkeit der ersten Schwangerschaft. Daher entstehende Veränderungen. Kränkliche Umstände. Ausbleiben der monatlichen Reinigung. Dünnerwerden des Leibs. Wachsen desselben und der Brüste. Bewegung des Kindes. Wie, und wann sie erfolgt. Zweideutigkeit dieser Zeichen. Aehnlichkeit und Verwechselung der Schwangerschaft, mit verschiedenen Krankheiten des Unterleibs. Vorzüglichste Unterscheidungszeichen. — Falsche Schwangerschaft. Mondkälber. Erklärung was sie sind. Entstehung derselben. Nothwendigkeit einer genauern Untersuchung überhaupt. Behutsamkeit im Urtheil. S. 1 bis 13

Zweiter Abschnitt.

Essen und Trinken. Nothwendigkeit desselben. Folgen der Unmäßigkeit. Mäßigkeit. Zu weniges Essen. Schädliche und nützliche Speisen. Wahl derselben. Schaden zu vieler Gerichte. Mängel des Appetits, Ursachen, Mittel. Gelüsten, Ursachen, Verhalten. Vorsicht in Ansehung der kupfernen, und zinnernen Gefäse. Nachtheil der Gewürze. Trinken. Zu viel, zu weniges Trinken. Schädliche und nützliche Getränke, Milch, Thee, Caffee, Chocolade, Bereitungsart derselben. Wein. Bier. Brandwein. Liqueurs. Wasser. Aepfelwein. Punsch. Limonade. Mineralische Wasser. Seite 13 bis 39.

Dritter Abschnitt.

Bewegung und Ruhe. Nutzen derselben überhaupt. Nothwendigkeit der Bewegung bei Schwangern. Verschiedene Bewegungsarten. Fahren, Reiten. Gehen. Tanzen. Laufen. Springen. Ruhe. Nachtheil des zu vielen Sitzens. Stehen. Liegen. Schädliche und widernatürliche Stellungen und Bewegungen des Körpers. Aufheben und Tragen schwerer Lasten. Strekken und Reichen nach hohen Dingen. Schreyen, Singen, Lachen. Niesen. Stossen. Fallen. 2c. 2c. Seite 40 bis 49.

Vierter Abschnitt.

Schlafen und Wachen. Nachtheil des allzulangen Schlafens. Mittel, recht ruhig zu schlafen. Wahl eines Schlafzimmers. Nachtheil des Nachtwachens für Schwangere. Länge und Dauer des Schlafs. Vorsicht in Ansehung der Lage einer Schwangern. 2c. 2c. Seite 50 bis 54.

Fünfter Abschnitt.

Von der Luft. Reine Luft. Landluft. Nutzen derselben. Nachtheiliger Einfluß der unreinen mit fremden Ausdünstungen verdorbenen Luft auf die Gesundheit. Schädliche Orte für Schwangere. Warme Stuben 2c. 2c. Nachtheil zu starker wohlriechender Dinge. Mittel die Luft rein zu erhalten. Veränderungen derselben in verschiedenen Jahrszeiten. Verhalten dabei. Schaden der Zugluft. Nöthige Vorsicht in Ansehung der Kälte und Wärme. Kaltes Trinken. 2c. 2c. Seite 55 bis 67.

Sechster Abschnitt.

Kleidung einer Schwangern. Schädliche Kleidungsstükke. Schnürbrüste. Corsette, Planchette. Viele Rökke. Pochen. Reifrökke. Hohe Absätze. Nachtheiliger Einfluß derselben auf den Unterleib, die Brüste und die Leibesfrucht. Verkältung der Füsse. Wechsel der Kleidung. Nöthige Vorsicht dabei. 2c. 2c. Seite 68 bis 77.

Sieben=

Siebenter Abschnitt.

Aderlassen. Nothwendigkeit desselben bei vollblütigen Schwangern. Anzeigen dazu. Schaden der zu häufigen und zu sparsamen Blutausleerungen. Gebrauch der Arzneimittel während der Schwangerschaft. Brechmittel, Abführungen, schweistreibende Arzneien. Pulver. Pillen. Mixturen. rc. rc. Kalte und warme Bäder. Seite 78 bis 89.

Achter Abschnitt.

Von den natürlichen Ausleerungen und den Mitteln sie in Ordnung zu erhalten. Verhaltung des Urins, Hartleibigkeit, Diarrhoe oder Durchfall. Monatliche Reinigung. Unverhofte Erscheinung derselben in der Schwangerschaft. Verhalten dabei rc. rc. Seite 90 bis 97.

Neunter Abschnitt.

Leidenschaften. Zorn, Furcht, Schrekken, Traurigkeit, Freude. rc. rc. Schädliche Würkungen derselben überhaupt, und besonders bei Schwangern. Beispiele dieser Art. Verhalten und Mittel den übeln Folgen derselben vorzubeugen. Eheliche Umarmung. Einbildungskraft der Schwangern. Würkung derselben auf die Leibesfrucht. Versehen. Muttermähler. Vorbauungsmittel. S. 98 bis 124.

Zehnter Abschnitt.

Reinlichkeit. Vorzüge dieser Eigenschaft bei den Alten. Einfluß derselben auf die Gesundheit. Waschen. Nöthige Vorsicht in Ansehung des kalten Waschens. Schminken. Wechseln der Kleider und des Geräths. Reinlichkeit in Ansehung der Eß- und Trinkgeschirre, der Zähne rc. rc. Seite 125 bis 131.

Eilfter Abschnitt.

Besuchen öffentlicher Orte. Kirchengehen. Vorsicht dabei. — Erlaubte Ergötzlichkeiten für Schwangere. Schauspiele. Wahl derselben. Gesellschaf-

ten

ten. Concerte. Lectüre der Schwangern, ꝛc. ꝛc. Unerlaubte Spektakel. Seiltänzer, Luftspringer, Bären, Affen, ꝛc. ꝛc. Lustbarkeiten, Bälle, Masqueraden. — Todenbesehen. Leichenöffnungen. Chirurgische Operationen, Hinrichtungen. ꝛc. ꝛc. Seite 132 bis 138.

Zwölfter Abschnitt.

Mißfälle. Frühzeitige und unzeitige Geburten. Mondkälber, Fausse couche. Deren Unterschied. Zeichen eines bevorstehenden Mißfalls ꝛc. ꝛc. Folgen derselben. Ursachen. Vorbauungsmittel. Verhalten während dem Anfall. Vorsicht in Ansehung der Arzneyen. Blutfluß. Dessen Unterscheidungszeichen von der monatlichen Reinigung. Behandlung desselben ꝛc. ꝛc. Abgang eines todten Kindes. Zeichen des Absterbens. Verhalten bei der Geburt desselben ꝛc. ꝛc. Seite 139 bis 167.

Dreyzehnter Abschnitt.

Selbststillen. Nothwendigkeit desselben. Vortheile in Absicht auf die Gesundheit. Nachtheile der Unterlassung. Erforderliche Eigenschaften einer Selbststillenden. Welche Mütter selbst stillen, und welche nicht selbststillen dürfen Vorbereitung zum Selbststillen in Absicht der Brüste und Warzen. Worinn sie bestehe. u. s. w. Seite 168 bis 178.

Vierzehnter Abschnitt.

Niederkunft. Zeichen derselben. Zeitrechnung der Schwangerschaft. Voraussagende Wehen oder Rupfer. Verhalten dabei. Wahre und falsche Wehen. Unterschied derselben. Geburtstreibende Arzneyen. Oeffnung des Muttermunds. Wasserblase. Zerplatzen derselben. Verhalten und Lage der Kreissenden, besonders einer Erstgebährenden kurz vor, und während der Niederkunft. Seite 179 bis 206.

Erster

Erster Abschnitt.

Von der Schwangerschaft und deren Zeichen.

Ich verschone Sie billig mit allen gelehrten Beschreibungen von der Schwangerschaft, und mache Sie gleich selbst etwas näher mit den Merkmalen bekannt, woraus Sie schliesen können, daß Sie sich in andern Umständen befinden; denn weil ich so frei bin, Ihnen eine Lebensordnung vorzuschreiben; so werden Sie doch auch gern wissen mögen, wann Sie vorzüglich verbunden sind, dieselbe zu befolgen. Es ist wahr, nie sind Sie mehr verpflichtet Rüksicht auf Ihre Gesundheit zu nehmen, als in demjenigen Stande, von dessen Zeichen ich Sie jezt zu unterhalten, die Ehre haben werde. Aber Sie sollten auch ausser demselben recht diätetisch leben, so hätten Sie wenigstens den Vortheil, dann, wann Sie einmal Mutter werden sollen, keine große Aenderung in Ihrer Lebensart machen zu müssen, die Sie leider

um so ehender unterlassen, je ungewohnter sie Ihnen nun ist, und je schwerer sie Ihnen eben deswegen auch scheinen muß. — Und was wagen Sie, wenn Sie in der Meinung schwanger zu seyn, recht hübsch der Gesundheit gemäs leben, wenn Sie es auch nicht sind? Gewiß weniger, als im Gegentheil!

Es ist aber gut, wenn Sie so früh als möglich, von Ihrem neuen Stande unterrichtet sind. Denn dieses ist die Zeit, wo Sie Ihrer Gesundheit und der Leibesfrucht am meisten schaden können. Nichts ist gewisser, als daß man in der ersten Schwangerschaft die Anlage zu den folgenden glücklichen oder unglücklichen Geburten legen kann. Die Natur verwöhnt sich in diesem Punkt vorzüglich leicht, und eine unzeitige Geburt, zieht mehrere nach sich. Dies sind die Worte des um Ihr Geschlecht so verdienten Herrn Zückerts, und es ist eine Erfahrung, die von den grösten Aerzten und Geburtshelfern aller Zeiten bestätigt wird. — Für Frauenzimmer die schon mehrmahls Mütter geworden sind, mag dieser Abschnitt so ziemlich überflüßig seyn; diese mögen ihn meinetwegen überschlagen, denn sie haben sich gemeiniglich aus ihren vorigen Schwangerschaften so gewisse Merkmale ab-

gelernt, die sie nicht leicht betrügen. Jungen Weibchen aber, die den süsen Namen Mutter, noch nicht gehört haben, und für die er eigentlich ganz allein bestimmt ist, denen wird er desto willkommener seyn — so unvollkommen er übrigens auch ist, und seyn mußte; denn ich schäme mich schon im Voraus, daß ich Sie fast mit lauter Muthmasungen werde unterhalten müssen, da ich nicht persönlich das Glück habe, Ihnen etwas mehr, und Gewisseres sagen zu können.

Die Zeichen der Schwangerschaft sind im Anfange äusserst trüglich, und fast alle muthmaslich. Ein oder wenige Zeichen für sich allein, beweisen nichts. Je gröser die Anzahl derselben indessen bei Ihnen ist, desto wahrscheinlicher ist auch Ihre Schwangerschaft. Die meisten Ihres Geschlechts, meine schöne Leserinnen! empfinden bald nach der Empfängniß, mehr oder weniger, einige Veränderungen und Beschwerden bei sich, die sie sonst nicht gewohnt waren. Sie spüren z. E. eine gewisse Mattigkeit und Trägheit des Körpers, die Ihnen selbst Ihre gewöhnliche Kleidung lästig macht. Sie sind dabey traurig, mismuthig, schläfrig, niedergeschlagen; Sie empfinden Ekel besonders gegen Fleisch, und gewöhnliche Speisen,

hingegen Begierde, nach ungewöhnlichen. Des Morgends vorzüglich erbrechen sie sich öfters, wodurch ihnen gewöhnlich das vorher empfundene Kopfweh gelindert wird. Sie fühlen manchmal eine plözliche Zerschlagenheit der Aerme und Beine, fliegende Schmerzen in den Gliedern, eine gewisse stumpfe Empfindung im Unterleib, oder eine ziehende Bewegung im Schoos. Viele klagen über beständiges Frösteln, Kopfweh, Zahnschmerzen, saures Aufstosen, bekommen Flecken im Gesicht, und an andern Theilen des Körpers. Die Augen scheinen matt, eingefallen, die Augenlieder sind mit einem bleifärbigen Kreis umgeben u. s. w. Die monatliche Reinigung bleibt aus, weil sie nun von der Natur zu einem wichtigern Endzweck bestimmt ist. Der Leib wird platter, dünner. Dies mag manchen meiner Leserinnen widersprechend scheinen, es wird Ihnen aber gleich begreiflich werden, wenn ich Ihnen sage, daß die Gebährmutter, weil sie nun mehr Feuchtigkeiten als sonst erhält, folglich schwerer wird, wegen ihrer vermehrten Schwere, natürlich tiefer in die Höhle des Beckens sinken, und daß also auch der Leib etwas dünner, oder vielmehr platter werden muß. Nach Verlauf des dritten Monats aber findet die Gebährmutter, weil sie immer gröser

und

und gröser wird, keinen hinlänglichen Raum mehr in der Höhle des Beckens, steigt also in die Höhe, dehnt nach und nach den Unterleib aus und erscheint über dem Schaambeine in der Gestalt eines Balls oder einer harten Geschwulst, fühlbar. Zu Ende des vierten und zu Anfang des fünften Monats steht die harte Geschwulst zwischen den Schaambeinen und dem Nabel, und nimmt die Mitte des Leibes ein — die Seitentheile desselben sind schmäler. In der Hälfte der Schwangerschaft, oder zu Ende des fünften Monats, manchmal, aber doch selten auch früher, spüren die meisten Schwangern die erste Bewegung des Kindes, als das sicherste Zeichen der Schwangerschaft. Diese äussert sich bei Verschiedenen auf verschiedene Art, durch Pikken, Krabeln u. s. w. Bald haben sie die Empfindung, als wenn sich ein Fischgen im Wasser, bald, als wenn sich eine Spinne in ihrem Gewebe bewegte; oder als wenn ein Hühnchen pikte. — Die Brüste werden härter, dicker, schmerzhaft, und geben zulezt eine wässerichte, milchichte Feuchtigkeit von sich. Der Hof oder der Kreis um dieselben, vergrösert sich, wird breiter. Die Warzen ziehen sich bei Einigen zurück, bei Andern werden sie gröser. Nach dem sechsten Monat steigt die harte Geschwulst bis an den Nabel. Im siebenden

bis über denselben; er verliehrt seine natürliche Grube und Vertiefung, indem er flach wird. Bei Personen die schon mehrmalen Mütter waren, ereignet sich dies oft um einen Monat früher, wenn sie keinen sehr dicken, überhangenden Leib haben. Bei Erstgeschwängerten aber, deren Leib übrigens natürlich und wohlgestalt ist, erfolgt diese Ausgleichung der Nabelgrube, immer später. — Im achten Monat befindet sich die harte Geschwulst zwischen dem Nabel und der Herzgrube. Zu dieser Zeit bewegt sich manchmal das Kind so stark, daß man diese Bewegung äusserlich sehen kann, und daß es der Schwangern Schmerz verursacht. Oft kann man auch durch das Auflegen einer etwas kalten Hand, die Bewegung der Hände oder Füse des Kindes, ziemlich deutlich fühlen. — Wenn der Leib sehr ausgedehnt ist, so wird das Athemholen gemeiniglich etwas beschwerlich. Im neunten Monat sinkt die Geschwulst wieder etwas tiefer, die Schwangere glaubt sich erleichtert, sie athmet leichter, freier. Es äussern sich noch verschiedene andere Zufälle, unter welchen die Zeit der Niederkunft sich immer mehr und mehr nähert — von denen ich Sie aber in einem andern Abschnitt dieses Werkchens unterhalten werde; bis dahin müssen Sie sich also schon gedulten,

und wenn sie dieses nicht wollen, so lesen Sie gefälligst gleich den lezten Abschnitt.

Dies meine schöne L. sind die Zufälle und der Fortgang einer natürlichen Schwangerschaft, wie sie sich gewöhnlich einfinden, und einfinden sollten. Aber es geht nicht immer so. — Selten, oder fast nie, sind alle im Anfange angeführte kränkliche Umstände, mit Ausbleibung der monatlichen Reinigung, zugegen. Es giebt Weiber, die keine, oder doch nur wenige der kränklichen Umstände, (das Wachsen des Leibes ausgenommen, das eigentlich nicht dafür gehalten werden kann,) spüren, und dennoch oft schwanger sind, und seyn können. Selbst das Ausbleiben der monatlichen Reinigung, ist, wie wir wissen, kein untrügliches Zeichen der Schwangerschaft; so wenig deren Daseyn das Gegentheil beweist. Das erstere kann oft die Folge einer Unpäßlichkeit, so wie nicht weniger die Ursache der kränklichen Zufälle seyn. Das Leztere ereignet sich nicht selten bei sehr vollblütigen Frauenzimmern, oder bei solchen, die sonst viel Blut durch ihre monatliche Reinigung zu verlieren gewohnt waren. Diese können auch in den ersten Monaten der Schwangerschaft, ja noch weiter hinaus, ihre monatliche Reinigung haben. Eilen Sie also

nicht zu sehr, sich, oder Andere bei diesen Umständen, gleich ganz gewiß für schwanger, oder auch für nicht schwanger zu halten! Die Sache ist nicht so leicht zu entscheiden, als Sie wohl glauben. Denn überhaupt Krankheiten des Unterleibs, Verstopfungen in der Leber, Milz, Gekrös, und andern Eingeweiden, Bauchwassersuchten, ahmen nur zu betrügerisch, oft Schwangerschaften nach. Selbst grose Aerzte, haben oft schon auch bei der genausten Untersuchung, Wassersüchtige für schwanger gehalten, und so umgekehrt. Besonders ist dieses sehr leicht möglich, wenn Wassersucht und Schwangerschaft bey einer und ebendesselben Person miteinander verbunden sind. Der verdienstvolle Herr Doktor Zückert sagt zwar, „da man aber in diesen Fällen nicht die Bewegung des Kindes fühlt, welche die Schwangere zwischen dem fünften und sechsten Monat von der Gegenwart einer lebendigen Frucht überzeugt; so kann aller Irrthum vermieden werden, wenn man auf diesen Umstand acht giebt.“ Mich dünkt aber, dies muß mit einiger Einschränkung verstanden werden. Es ist wahr, die Bewegung des Kindes ist mit eins von den sichersten Zeichen einer wahren Schwangerschaft. Aber schwächliche und kränkliche Kinder, bewegen sich oft viel später als im fünf-

ten und sechsten Monat; und sollte man deswegen allein eine Person nicht für schwanger halten? Zumal da öffters auch die Bewegung im Gegentheil so schwach seyn kann, daß sie kaum von der Mutter bemerkt wird. Eben so wohl können aber auch Krämpfe und Blähungen, oft ziemlich natürlich die Bewegung eines Kindes nachmachen. Ein Umstand, der bejahrten Personen vorzüglich sehr leicht begegnen kann; ein kleines, blähungtreibendes Mittelchen, entbindet sie dann ohne grose Schmerzen. — Sie sehen hieraus, wie oft verschiedene Ursachen eine ähnliche Würkung hervorzubringen im Stande sind, — und wie sehr genau Sie acht geben müssen, wenn Sie etwas in dieser Absicht mit Gewißheit bestimmen wollen.

Da Wassersucht des Unterleibes, oder **Bauchwassersucht**, unter allen Krankheiten von jeher am meisten mit der Schwangerschaft verwechselt worden ist, und noch täglich verwechselt wird; so mag es wohl nicht ganz überflüßig seyn, wenn ich meinen Leserinnen zum Besten, die vorzüglichsten Unterscheidungszeichen derselben hier anführe; — Wenn beide Fälle, Schwangerschaft nemlich, und **Wassersucht**, nicht zugleich mit einander verbunden sind; so kann man schon mit ziemlicher Gewißheit, die eine von der andern unterscheiden. Schwangere

haben fast immer ein besseres, gesünderes Ansehen, wenn sie sonst gesund waren — der Leib ist mehr nach vornen ausgedehnt — die Seiten sind schlanker. Bei wassersüchtigen aber ist der Leib gleichförmig angefüllt, die Geschwulst senkt sich, wenn sich die Kranke auf den Rücken legt. Wenn man mit der einen Hand, den Leib nach der entgegengesetzten Seite, wo man denselben mit der andern festhält, schlägt; so spürt man das Schwappeln der Feuchtigkeit. Die Füse sind meist angelaufen, und es bleiben Grübchen vom Druck des Fingers zurück. Die sogenannten Kindsadern, sind hier wegen der kalten weichen Geschwulst nicht leicht zu sehen, da man sie gewöhnlich blau und strozend bey Schwangern an den Schenkeln bis unter die Waden herunter laufen sieht. Jene wässerichte Anschwellung ist meist nur um die Knöchel, und ist sie an den Schenkeln, oder sogar am Leib; so sind doch jene, vom Druck des Fingers zurückbleibende Grübchen, das sicherste Unterscheidungszeichen.

Noch giebt es eine sogenannte falsche Schwangerschaft, die alle Zufälle der wahren so ziemlich natürlich nachmachen kann, von der ich Ihnen hier ein paar Worte sagen muß, welches um so nöthiger ist, da eine vernachläsigte Lebensart in den ersten Monaten der

Schwan-

Schwangerschaft sehr viel zur Entstehung derselben beytragen kann, und wovon Sie das Weitere in einem andern Abschnitte hören sollen. Es wird hier statt eines lebendigen Kindes, ein unförmlicher unbelebter Fleischklumpen, oder ein sogenanntes Mondkalb gebohren, der bisweilen Wasser, Blut, oder auch eine kleine Leibesfrucht enthält. Oft sind es auch durchsichtige Wasserblasen, deren jede einen Stiel besizt, die miteinander verbunden, das Ansehen einer Traube haben. Und oft kann sich auch, nebst einem lebendigen Kind, ein solches sogenanntes Mondkalb zugleich in der Gebährmutter befinden, doch davon anderwärts. Diese fremde Körper entstehen meistentheils entweder von einem Klümpchen geronnenen Bluts, von einem zurükgebliebenen Stükchen Nachgeburt, oder von einem verdorbenen Eychen. Vorzüglich geben vorhergegangene Misfälle sehr viel Gelegenheit dazu. Der Leib wächst hier viel schneller, als in der wahren Schwangerschaft, besonders ist dieses Wachsen in der ersten Zeit derselben, sehr merklich. Die Bewegung der Frucht gegen den fünften, oder nach dem fünften Monat, bleibt aus, wenn eine solche Schwangerschaft so lange dauert. Die Brüste werden welk, fallen zusammen, und geben eine wässerigte

Milch

Milch von sich. — Doch auch diese Zeichen sind eben so wenig untrüglich, als in der wahren Schwangerschaft. Es giebt noch andere fremde Körper, womit die Gebährmutter oft, so wie in der Schwangerschaft angefüllt seyn kann, wovon ich Ihnen aber hier nichts sagen will. — Sie sehen überhaupt aus dem ganzen Abschnitt, wie betrügerisch und zweideutig die Zeichen der Schwangenschaft sind, und wie nöthig es ist, daß Sie sich selbst einer etwas genauern Untersuchung unterwerfen, wenn Sie Gewißheit von ihrem Stande zu haben wünschen. Ich sezte sie mit Fleiß etwas genau auseinander, und hielt mich vielleicht länger dabey auf, als nöthig war; aber ich mögte Sie gern recht vorsichtig in Ihrem Urtheil machen, damit Sie ja nicht da, wo Sie z. B. kränkliche Umstände, das Ausbleiben der monatlichen Reinigung, oder etwas dikken Leib bemerken, gleich ganz zuverläsig, besonders wenn es auf die Ehre, oder den guten Namen einer Person ankömmt, eine Schwangerschaft voraus sezten! Und es wäre recht gut, wenn meine Leserinnen auch darüber, so wie über alle Fälle einen Geburtshelfer fragten, wo sie nicht deutlich selbst, nach den meisten Gründen dieses Büchelchens entscheiden können.

Zwei-

Zweites Abschnitt.

Von dem was Schwangere in Rüksicht auf Speisen und Getränke zu beobachten haben.

Sie verliehren täglich sehr viel durch die unmerkliche Ausdünstung und andere Ausleerungen und Absonderungen, das nothwendigerweise ersezt werden muß, wann Sie selbst gesund bleiben, und das unsichtbare Pfand Ihrer Liebe, hinlänglich ernähren wollen. So nöthig daher aber Essen und Trinken ist, ihre Gesundheit und Schönheit zu erhalten, so können doch Unmäßigkeit oder übel gewählte Speisen und Getränke, eine Quelle vieler Uebel für Sie und Ihre Leibesfrucht werden. Es ist also nöthig daß Sie kennen, was Sie vermeiden sollen, und Sie werden mirs hoffentlich nicht übel nehmen, wenn ich so frey bin, Ihnen hier Ihren Küchenzettel zu machen.

Dieser Artikel ist vorzüglich für die Gattung meiner Leserinnen bestimmt, die das Schiksal in ein Verhältniß gesezt hat, das ihnen möglich macht, eine Wahl in ihren Speisen

sen und Getränken treffen zu können. Für andere hat die gütige Natur meistens selbst so wohl gesorgt; sie hat sie mit so glüklichen Verdauungswerkzeugen ausgerüstet, daß sie weniger nöthig haben, Rücksicht darauf nehmen zu müssen; sie bleiben auch oft deswegen gesund, weil es ihnen ihre Lage nicht erlaubt, Aufwand in Speisen und Getränken machen, und dadurch ihre Gesundheit zu Grunde richten zu können. — **Ueberhaupt ist Mäßigkeit die vornehmste Regel der Gesundheit.** Man befindet sich nie besser, als wenn man nur so viel ißt, als ohne Beschwerde, verdauet werden kann. Der Magen verrichtet sein Geschäft, die Verdauung, nur dann recht gut, wenn er nicht überladen ist. Der Nahrungssaft wird feiner, das Blut selbst besser ausgearbeitet, und der Kreislauf desselben und aller Säfte, wovon die Erhaltung und Ernährung des ganzen Körpers abhängt, geht dann am besten von statten. Es ist also ein sehr nachtheiliges Vorurtheil, daß man eine Schwangere, unter dem Vorwande, sie müßte zwey Personen ernähren, recht viel zu essen überreden will. Der daher entstehende Schaden ist, besonders in der lezten Zeit der Schwangerschaft, vorzüglich merklich. Findet ja eine Schwangere, wie es sehr oft geschieht, **vermehrten Appetit** bei sich; so muß sie

sich nicht gerade an zwey Mahlzeiten binden, sondern öfters, und immer nur wenig auf einmal essen, und alles recht gut kauen. Alle in zu groser Menge genossene Speisen werden nicht verdauet, verderben im Magen, und sind überhaupt dem Körper schon dadurch nachtheilig, daß ihm seine gut ausgearbeitete nöthige Nahrung entzogen wird. Es entstehen aber noch andere Beschwerden von zu groser Ueberladung des Magens, als Trägheit, Schläfrigkeit, Kopfschmerzen, Sodbrennen, Bauchgrimmen 2c. 2c. und oft, wie die grösten Aerzte bemerkt haben — plötzlicher Tod. Schwächliche Personen fühlen gewöhnlich immer doppelte Beschwerden auf Ueberladungen, sie sind niedergeschlagen und werden von Blähungen geplagt, sie haben unruhige Nächte, ängstliche Träume, beschwerliches Athemholen, und gut ists immer, wenn nichts Schlimmeres daraus entsteht. Auf solche Nächte folgt — weil ein ruhiger Schlaf, nach den Gesetzen der Natur den Körper am meisten stärkt — eine gewisse Mattigkeit und Trägheit, — Widerwillen gegen alle Geschäfte, die peinlichste Langeweile, oder Schwermuth. Der Ritter Carl Scarborough hat daher der Herzogin von Portsmuth sehr wohl gesagt: ihr müßt weniger essen, oder euch mehr Bewegung geben, oder Arzneyen nehmen, oder krank seyn.

Zu

Zu vielerley Gerichte sind Ihnen eben so wenig dienlich. — Einfache Speisen sind der Gesundheit am angemessendsten, denn die meisten werden durch die künstliche Zubereitung erst recht schädlich. Die Natur hat weit mehr Mühe einen Mischmasch von acht bis zehnerley Gerichten, wozu oben dráuf noch Aepfel, Birnen, Trauben, Kuchen, oder sonst Confekt kommen, in einen guten Nahrungssaft zu verwandeln, als eine einfache Köst. Man sündigt aber hier gewöhnlich doppelt. — Man ißt vielerley Speisen, und dabey in ziemlicher Menge, weil gerade die Verschiedenheit derselben den Gaumen reizt. An einfachen ungekünstelten Speisen, überlád sich nicht leicht jemand den Magen. Die Folgen einer solchen unordentlichen Diát sind für Sie und Ihre Leibesfrucht, sehr merklich und wichtig. Es entstehen so wie im ersten Falle, allerhand Unbequemlichkeiten, als Bláhungen, Colikschmerzen, Uebelkeiten und Magenbeschwerden daraus, die nur gar zu oft von Ihnen auf Rechnung der Schwangerschaft geschrieben werden, aber nichts weiter, als Folgen einer übelgeführten Diát sind. Doch hierbey bleibts noch nicht; da zu viele, zu verschiedene Speisen, keinen guten Nahrungssaft geben, so wird das Blut, die Quelle, woraus der künftige

Erbe

Erde seine Nahrung schöpft, mit rohen scharfen Theilen überladen, die ihm nur gar zu oft schon im Mutterleibe eine unglückliche Neigung zu allerley Krankheiten zuwege bringen können. Dies findet besonders bey schwächlichen vornehmen Personen statt, die ohnedies keine gute Verdauungskräfte haben. Diese müssen sich um so mehr vor jeder etwas beträchtlichen Ausschweifung in Ansehung der Menge und Verschiedenheit der Speisen hüten, wenn sie nicht doppelt dafür leiden wollen. — Auch wenn Sie von Natur mit dem gesundesten Körper und den besten Verdauungskräften ausgerüstet sind, kann Ihnen doch auch schon zu vieles Essen noch auf eine andere, zwar etwas seltnere Art schädlich werden; denn wer viel, besonders sehr nahrhafte Speisen genießt, dabei gut verdauet, und sich wenig Bewegung macht, wird leicht vollblütig, und diese Vollblütigkeit kann Ihnen, da Sie meistens gern sitzen, und sich nicht viel Bewegung machen, vielerlei Uebel und Unbequemlichkeiten während der Schwangerschaft, zur Zeit der Niederkunft, und nach derselben zuziehen, die nur ganz allein durch eine etwas sparsamere und genauere Diät am besten können vermieden werden, und wovon Sie das Weitere in einem der nächsten Abschnitte hören sollen.

Allzuweniges Essen ist zwar seltner, aber in der Schwangerschaft doch um so nachtheiliger, weil das Blut alsdann, wenn es nicht immer durch einen neuen Zufluß einer gehörigen Menge Milchsäftes in seiner milden Beschaffenheit erhalten wird, leicht scharf werden, die Leibesfrucht nicht gehörig ernähren, und ihr ausserdem noch beträchtlichen Schaden zufügen kann. Sie sehen, daß beides zu vermeiden, für Ihre Gesundheit äusserst nothwendig ist. Ich warne Sie zwar für aller Ueberladung, aber Sie sollen doch auch nicht Hunger bei mir leiden. — Eckel und verlohrner Appetit, sind meistens die Folgen eines verdorbenen, verschleimten Magens. Gelind auflösende und abführende Mittel, die aber dabey nicht schwächen, z. E. einige Messerspitzen voll von einer Vermischung, aus zwey Loth Glauber, oder Seignettesalz, mit einem Quentchen feiner Rhabarber verbunden, Enthaltung aller schwer verdaulichen und vielen Speisen, können ihn dann leicht wieder in Ordnung bringen. Seltner ist Schwäche des Magens die Ursache allein. Hier helfen bittere, magenstärkende Mittel, die Sie aber nie ohne den Rath eines Arztes gebrauchen müssen, weil sie Ihnen leicht sehr schädlich werden können.

Es ist aber nicht genug, daß Sie nicht zu viel und nicht zu wenig essen, Sie müssen

auch noch, wenns möglich ist, eine gewisse Wahl in Ihren Speisen treffen. Ich will Ihnen Ihre Lieblingsgerichte nicht ganz rauben, von denen Sie durch eine lange Erfahrung überzeugt sind, daß sie Ihnen nichts schaden. Ich weiß wie viel auf die Macht der Gewohnheit hierinn ankömmt, und nehme es Ihnen gar nicht übel, daß Sie Speisen, die Ihnen recht gut schmecken, einer andern Kost vorziehen, die Ihnen weniger behagt. Es ist allgemein bekannt, daß einige Speisen schädlicher als andere sind. Nur wenige können als ausgemacht schädlich angesehen werden. Ein gesunder Mensch muß alle Speisen essen können, und kann es auch, wenn es mäßig geschiehet. Denn die Schädlichkeit derselben, hängt fast immer nur von der grösern oder geringern Menge und der Zubereitung ab, in der wir sie zu uns nehmen. Aber es giebt Verhältnisse, wie z. E. Schwangerschaft, wo Sie auf gewisse Gerichte, die Ihnen schädlich seyn können, Verzicht thun müssen, wenn es anders möglich ist. Ich werde nachher die Ehre haben, die meisten derselben namentlich anzuführen.

Von der Begierde nach ungewöhnlichen Speisen, oder dem sogenannten Gelüsten, habe ich hier nicht viel zu sagen, weil es gar keine nothwendige Folge oder Begleiterinn der Schwangerschaft, sondern mehr einer verdorbenen Einbil-

dungskraft, oder der Gegenwart von Säure im Magen, und einer besondern Beschaffenheit des Magensaftes zuzuschreiben ist, Mittel die die Säure einsaugen und abführen, wie z. E. ein paar Messerspitzen voll Magnesie, können es sehr oft vertreiben, und gut ist es überhaupt, wenn Sie auf Dinge fallen, die man Ihnen ohne Nachtheil Ihrer Gesundheit erlauben kann.

Ihre Nahrung muß ferner untermischt seyn, und theils aus Fleisch, theils aus Gemüse und Obst bestehen. Selbst die Natur, die Verschiedenheit Ihrer Zähne, meine schöne Leserinnen! giebt Ihnen hierzu einen deutlichen Wink. Bloser Genuß des Fleisches würde bald Ihre Säfte auflösen und faul machen, daher ist es nöthig, daß Sie damit Speisen aus dem Gewächsreich verbinden; weil die meisten derselben wegen dem Mangel aller Schärfe, am zuträglichsten sind, der übeln Wirkung der erstern Grenzen zu setzen, und die Fäulniß zu verhindern; wozu die mit süslichten schleimichten Theilchen umwikkelte Pflanzensäure so vieles beyträgt. Wenn ich die Ehre hätte, Ihr Tischgesellschafter zu seyn, so würde ich vor allen Dingen vorzüglich denen unter Ihnen die einen schwachen Magen hätten, alle Speisen wegnehmen die zuviel Luft enthalten, und überhaupt zu schwer zu verdauen und aufzulösen sind; andern würde

de ich höchstens nur einen mäsigen Genuß derselben erlauben. — Denn solche Speisen verursachen unter diesen Umständen und in Menge genossen, vielerley Unbequemlichkeiten und vorzüglich Blähungen, die eine Empfindung erregen können, welche Ihnen Bewegungen des Kindes, oder Zeichen der herannahenden Geburtszeit zu seyn scheinen, und wodurch Sie dann oft unnöthiger Weise in Furcht und Schrecken gesetzt werden. Hierher gehören ganz vorzüglich, die meisten **Hülsenfrüchten, als Erbsen, Bohnen, Linsen; alle Arten dürren, geräucherten, gepökelten Fleisches, besonders Schweinenfleisch / und was davon herstammt. Alte Gänse und Enten** 2c. 2c. **Die meisten Gattungen rohen Obstes, vorzüglich Trauben — Ferner hart gesottene Eyer, Käse, Back- und Zuckerwerk, Mehlspeisen, Klöse, Austern, grose Krebse, weiskraut, Sauerkraut / Kartoffeln, eingemachte Bohnen. Alle Arten Fische, die hartes zähes Fleisch haben, Salmen, weisfisch / Barben, Stockfisch, Aal** 2c. 2c.

Alle zu fette Dinge sind Ihnen deswegen nicht weniger schädlich, weil sie den Magen erschlaffen, verderben, leicht ranzig werden, dann Sodbrennen erregen, und dabey noch die Verdauung der andern Speisen verhin-

dern. — Auch muß ich Sie warnen, keine fette, saure, oder gesalzene Speisen, lange in zinnernen oder kupfernen Gefäsen aufzubewahren, oder über Nacht stehen zu lassen. Es ist eine bekannte Erfahrung bey den Aerzten, daß solche Gefässe, wenn wir uns derselben bey der Zubereitung unserer Speisen bedienen, einen sehr nachtheiligen Einfluß auf unsere Gesundheit haben können. Es ist Ihnen zwar erlaubt, sich deren, wenn es die Noth erfordert, zum Kochen zu bedienen. Aber Sie dürfen doch nie die Speisen lange darinn stehen lassen, ohne sie auf irdene, oder noch besser steinerne Gefässe auszuleeren. Ich habe nicht nöthig, Ihnen die Art ihrer Schädlichkeit chemisch zu erklären und zu beweisen. Sie werden mir schon glauben, wenn ich Ihnen sage, daß solche Speisen etwas Schädliches von dem Kupfer oder Zinn an sich nehmen, das sehr heftig auf die Nerven würkt und Ihnen Krämpfe, Uebelkeiten, Leibschmerzen und allerley Uebel, selbst eine frühzeitige Niederkunft verursachen, und dadurch Ihnen und dem Kinde einen beträchtlichen Schaden zufügen kann.

Nicht minder schädlich sind Ihnen alle zu sehr gesalzene, scharfe, reitzende und gewürzte Speisen. Ueberhaupt wünschte ich das meiste ausländische Gewürze aus Ihrem

Koch-

Kochbuch verbannen zu können. Der verdienstvolle Herr Ritter Zimmermann, der manchen unter Ihnen, aus seinem vortreflichen Buch über die Einsamkeit bekannt seyn wird, sagt irgendwo mit vieler Wahrheit: „die Gewürze zeigen schon durch ihre grose Unähnlichkeit mit unsern Säften, daß sie uns zur Speise nicht gegeben sind.“ Alle ausländische Gewürze schaden, nur eins immer mehr, als das andere, vorzüglich in Menge genossen, ausserordentlich. Und was nutzen sie? — Man hat sehr wohl angemerkt, ihr gröster Vortheil sey Eßlust zu erregen, aber ihr geringster Nachtheil, die Därme sachte zu verbrennen. — Sie machen die Galle scharf, reitzen zur Ueberladung, erhitzen das Blut, erzeugen schmerzhafte Gliederkrankheiten und viele andere Uebel. Wenn Sie daher die Gefahr bedächten, der Sie sich durch den häufigen Gebrauch, oder vielmehr Mißbrauch derselben aussetzen, so würden Sie gewiß äusserst sparsam damit umgehen, oder sie alle meiden; denn Sie fühlen alle übeln Würkungen solcher scharfen gewürzten Speisen in einem weit höhern Grade, wenn Sie ohnedies schon, wie es meistens der Fall ist, mit sehr reitzbaren Nerven begabt, und vollblütig sind. Heftige Wallungen, Krämpfe, frühzeitige Wehen, Blutflüsse, Miß-

fälle und ein schweres Wochenbette, sind die gewöhnlichen traurigen Folgen der Vernachläßigung dieser Regel. Auch ihre Leibesfrucht entgeht gewiß den übeln Folgen dieser Lebensart nicht. Wenn sie auch das Tageslicht erblicken sollte, so bringt sie doch schon mit ihrem erhitzten scharfen Blut, eine unglückliche Anlage zu vielen schmerzhaften und gefährlichen Krankheiten mit auf die Welt. — Aber ums Himmels Willen Herr Doktor! Sie verbieten uns ja alles! wir sollen doch wohl nicht gar Hunger leiden? Gedult meine schöne Leserinnen, das sollen Sie gewiß nicht; ich habe Ihnen schon einmal diese Versicherung gegeben. Es giebt auch ausser obigen Speisen, sehr viele, die Ihnen bey Ihren Umständen recht zuträglich und erlaubt sind. Dahin gehört alles Fleisch von weissem Geflügel und jungen Thieren — Kalbfleisch, zartes Rindfleisch, junges, in der Ruh erlegtes Wildprett mäßig und nicht zu oft genossen / frische zarte Fische / Karpfen, Hechte / Forellen / Reis / dünne Fleischbrühen Suppen / Wurzelwerk / Krebssuppen / Habergrütze, Griesmehl, Spinat, Kochsalat / Endivien / ein bißgen Salat / weichgesottene Eyer / doch mehr das Gelbe als das Weisse, gekochtes Obst, Aepfel / Birnen / Zwet-

Zwetschken / Pflaumen / Mirabellen / und gut ausgebackenes weisses / oder etwas trokkenes schwarzes Brod ꝛc. ꝛc. Das sind doch Speisen genug, worunter ich Ihnen zu wählen frey stelle. Ueberhaupt muß ich aber noch einmal erinnern, daß die Gewohnheit im Essen und Trinken ausserordentlich viel hier gilt; und daß deswegen auch nicht alles, auf alle meiner Leserinnen, sondern nur vorzüglich auf die zärtlichen und schwächlichen derselben paßt. Denn je gesünder und stärker Sie sind, desto weniger haben Sie nöthig, eine ängstliche Wahl in Ihren Speisen anzustellen. Aber offenbar schädliche Gerichte und Unmäßigkeit, müssen Sie doch meiden; denn auch die beste Gesundheit kann, durch eine übele unordentliche Diät zu Grunde gerichtet werden. — Auch in Ansehung der Jahrzeit selbst, ist es nöthig, eine gewisse Rücksicht auf die Wahl und Menge der Speisen zu nehmen. Da Sie im Winter gewöhnlich weniger Motion haben, so ist es gut, auch weniger, oder doch nur leicht verdauliche Dinge zu geniesen. Im Sommer aber, müssen Sie sich vorzüglich vor zu vielem Fleisch, und allen hitzigen Speisen hüten, und mehr frische Gartenfrüchte, Gemüse, Salat und Obst, doch nie zu viel auf einmal essen, denn diese sind am besten im Stand, der Nei-

gung zu vielen in dieser Jahreszeit gewöhnlichen Krankheiten zu widerstehen. Uebrigens werden Sie sehr wohl thun, wenn Sie sich einige Zeit nach der Mahlzeit eine gelinde Bewegung machen, und des Abends nicht zu spät und nicht zu viel essen, damit Sie nicht nöthig haben, mit vollem Magen zu Bette zu gehen. Doch bitte ich, die goldene Regel, **langsam zu essen, und alles gut zu kauen,** nicht zu vergessen!

Ich habe Sie nun lange genug mit Essen unterhalten, und ich kann es Ihnen würklich nicht verdenken, wenn Sie durstig sind. Es ist wohl nicht nöthig Sie weitläuftig von der Nothwendigkeit des Trinkens zu überzeugen; da es aber doch öfter von Ihnen unterlassen wird, so werde ich nur etwas davon sagen, weil viele Ihres Geschlechts recht viel gethan zu haben glauben, wenn sie täglich einige Tassen Caffee oder Thee zu sich nehmen. Diese geringe Quantität ist bey weitem nicht hinreichend, diejenigen Feuchtigkeiten zu ersetzen, die durch die unmerkliche Ausdünstung, und andere Ausleerungen verlohren gehen. Hinlängliches Getränk muß das Blut flüßig und in derjenigen milden Beschaffenheit erhalten, ohne die unsere Gesundheit nicht leicht bestehen kann. Beym Mangel an Flüßigkeiten werden die

Speisen

Speisen nicht gehörig verdünnet, aufgelöset und verdauet, der Nahrungssaft erhält seine nothwendige Eigenschaft nicht, alle andere Säfte werden dick, zähe, scharf, es entstehen Trägheit, Verstopfungen, Krämpfe, Hartleibigkeit und andere mannichfaltige Uebel. Sie müssen selbst auch ohne Durst eine gehörige Menge Getränks täglich zu sich nehmen, wenn Sie gesund bleiben wollen. Die Gewohnheit wird Ihnen dies endlich recht leicht machen, wenn Sie nur einmal erst die guten Folgen davon sehen. Das wasser ist unter allen Getränken Ihrer Natur am angemessendsten und gesündesten. Es muß hell, zart, leicht, geschmacklos seyn, und die Hülsenfrüchte recht weich und gut kochen, wenn es alle gute Eigenschaften haben soll, die ihm gehören. Sie thun daher sehr wohl, wenn Sie sich desselben bey Tische in gehöriger Menge, und nach Belieben mit etwas Wein vermischt, bedienen; weil es sich mit allen Speisen verträgt, und dieselben am besten auflößt. Zwischen den Mahlzeiten können Sie nicht leicht zu viel trinken. Aber bey Tische ist Ihnen zu vieles Getränke deswegen nicht dienlich, weil es die Verdauung hindert, und den Magen zu sehr aufbläht. Mineralische Wasser werden seltner bei Tische getrunken, oder es sollte doch wenigstens

nigstens selten oder nie geschehen. Der Gebrauch starker mineralischer Wasser, wie z. E. Schwalbacher, Sachinger und Pyrmonter, darf Ihnen nicht allgemein angerathen, sondern nur auf Verordnung eines Arztes zugelassen werden. Schwächere mineralische Wasser aber, als Embser, Selzer, und vorzüglich Schwalheimer, können Sie ohne Gefahr trinken so viel Ihnen beliebt. Das leztere besonders ist mit etwas Milch, oder Nachmittags im Sommer, mit ganz wenig Wein vermischt, und mäßig genossen, das herrlichste erquikendste Getränk für Sie, wenn besondere Umstände den Gebrauch desselben nicht ganz verbieten. Das süße frische Quellwasser verdient aber in so fern den Vorzug, weil man es überall frisch haben, und allgemein ohne Ausnahme anrathen kann. Aber es schmekt doch nach gar nichts, werden Sie sagen. Es schmekt freilich nicht so gut als Caffee, oder Chocolade, aber gerade seine Geschmaklosigkeit beweißt, daß es recht gesund ist. Alle die Getränke, die Ihnen die Zunge auf eine so angenehme Art küzeln, sind Ihnen fast immer, mehr oder weniger schädlich, welches vorzüglich von den hitzigen und spirituösen gilt. —

Ich komme zu den warmen Getränken. Zum Thee, Caffee und Chocolade, über deren Schädlichkeit schon so viel, und zwar vergeblich gesagt worden ist. — Ob ich wohl ein besseres Schicksal haben werde, und ob es mir hier nicht wie vielen meiner Herren Collegen ergehen wird, will ich dahin gestellt seyn lassen. Ich werde mich bestreben, fein hüsch die Mittelstrase zu halten. Und hoffe deswegen auch um so mehr Folgsamkeit bei Ihnen anzutreffen, weil ich Ihnen gerade nicht alles verbieten werde. Die warmen Getränke schaden immer mehr oder weniger, nach der Constitution des Körpers, der Jahrszeit, der Menge, in der sie genossen, und nach der Beschaffenheit der fremden Theile, die ihnen beigemischt sind. Der Thee, das Kraut einer Chinesischen oder Japanesischen Pflanze, schadet eigentlich nicht als Thee, denn er hat sehr wenig würksame Theile wie er bei uns getrunken wird, aber das warme Wasser ist eigentlich das, welches unserer Gesundheit am nachtheiligsten ist, indem es den Magen erschlafft, die Dauungskräfte verringert, zu viel Schweis erregt, und dadurch das Blut seiner nöthigen Flüßigkeiten beraubt. Ueberhaupt genommen schaden die warmen Getränke, mäsig genossen, nicht so viel; denn

wenig

wenig schadet wie bekannt wenig; aber sie würden noch weit weniger schaden, und gewiß mehr nutzen, wenn wir sie blos als Arzney gebrauchten. Nie ist Ihnen daher eine Tasse Thee weniger schädlich als im Winter, wenn es recht kalt ist, und wenn Sie sich ziemlich lange in der Kälte aufgehalten, Ihre Ausdünstung unterdrükt haben, und davon eine gewisse Schwere und Mattigkeit in den Gliedern spüren, dann hebt er die Ursache, stellt die Ausdünstung her, und macht Sie wieder gesund. Im Sommer aber würde ich Ihnen, wenn Sie nicht ohne denselben leben wollten, oder doch Morgends etwas Warmes zu trinken gewohnt wären, nur eine Tasse erlauben. Er darf aber eben so wenig wie andere warme Getränke zu heis hinein gegossen werden, wenn er nicht doppelt schädlich seyn soll. Die Folgen die Sie sich durch den Mißbrauch desselben, und überhaupt der warmen Getränke zuziehen, entstehen zwar langsam, aber sie sind nichts weniger als unbedeutend. Ihre Fasern werden schlapp, Sie verlieren Ihre schöne Gesichtsfarbe, werden bleich, aufgedunsen, matt, klagen über Verlust des Appetits, übele Verdauung, Magendrükken, Blähungen, Unordnung in gewissen Dingen, Wallungen, Herzklopfen, hysterische Erstikkungen, Krämpfe,

Zit-

Zittern, Ohnmachten, Bleichsucht und Unfruchtbarkeit ꝛc. ꝛc. —

Vom Caffee gilt das nemliche in Ansehung des warmen Wassers, als wie vom Thee. Da er aber an sich selbst, mehr würksamere Theile besizt, so kann er deswegen auch mehr oder weniger schaden und nutzen. Die guten Würkungen desselben sollen darinn bestehen, daß er die Verdauung, den Umlauf des Bluts, und die Absonderung des Schweises befördert, die allzudikke, zähe, schleimigte Säfte in etwas auflößt und Oefnung macht. Ueberhaupt genommen ist also der mäsige Gebrauch des Caffees weit weniger schädlich, als der mäßige Gebrauch des Thees. Hingegen kann der Mißbrauch des Caffees noch weit gefährlicher werden, als der des Thees. Ich würde daher nur denen meiner Leserinnen die einen schwachen Magen haben, oder haben wollen, um nicht gar unbarmherzig zu seyn, nach Tische, eine, oder höchstens zwey Tassen, mit gewisser Einschränkung zu trinken erlauben. Erstlich wenn sie daran gewöhnt wären, und keine übele Würkungen, als heftige Wallungen, Zittern, Schwindel, Nasenbluten ꝛc. ꝛc. davon verspürten. Zweitens dürfte er nicht zu stark, und nicht zu schwach, und vorzüg-

züglich nicht zu hart geröstet seyn. Ist er zu schwach, so schadet das warme Wasser das meiste, denn der beste Bestandtheil des Caffees, geht durch die allzustarke Verdünnung, öftere Abkochung, und durch die Beimischung anderer Wurzeln, verlohren. Das Oel ist eigentlich der würksamste Theil des Caffees, wird es mit zu wenig Wasser vermischt, das heist: ist der Caffee zu stark, wird er in zu groser Menge getrunken, oder zu hart geröstet, so wird er gar zu hitzig, würkt mehr auf die Nerven, und bringt alle die entgegen gesezten übeln Folgen hervor. Für Sie kann er doppelt schädlich werden, indem er Ihnen Wallungen, Hitze, Nervenkrämpfe, Zittern, Herzklopfen, Schlaflosigkeit, Verstopfung, Trokkenheit des Körpers, Verlust des Appetits, Ausschläge im Gesicht, Blutflüsse, und selbst eine frühzeitige Niederkunft zu verursachen im Stande ist. Der filtrirte Caffee ist nach der allgemeinen Meinung besser als der gekochte, weil beim langen Kochen desselben, zu viel würksame Theilchen verlohren gehen. Beim Filtriren werden die ölichten flüchtigen Bestandtheile wegen der schnellen Bereitungsart nicht zerstreut, sie werden durch das kochende Wasser völlig aufgelößt und demselben beigemischt — Die gröbern, brenzlichten erdigten Theile hingegen,

blei-

bleiben im Filtrirtuch zurück. — Die Milch, der Rahm, mildern in etwas die hitzige Eigenschaft des Caffees, und ich würde sie deswegen auch allen meinen Leserinnen mit dem Caffee zu vermischen rathen, wenn Sie dieselbe vertragen könnten, das heißt; wenn Sie keine Unbequemlichkeiten, als Leibschmerzen, Aufstossen, Blähungen u. s. w. darauf empfänden, und keine Säure im Magen, oder kurz zuvor saure Speisen genossen hätten. Der häufige Genuß der blosen Milch aber ist Schwangern nicht anzurathen, vorzüglich wenn sie Ihnen Eckel, Magendrükken und Blähungen verursacht — und wenn Sie ohnedies einen schwachen Magen haben. — Der Zukker selbst besitzt auch die Eigenschaft, das Erhitzende des Caffees in etwas zu mäsigen. Er hat nach den Erfahrungen der grösten Aerzte eine seifenartige auflösende Kraft, vermöge welcher er den Schleim schmelzt, auflöset und verdünnet; aber in zu groser Menge genossen, bringt er die entgegengesetzten Würkungen hervor, indem er die Säfte zu sehr verdünnet, die festen Theile erschlafft, und selbst Schleim erzeugt. Sie sehen hieraus selbst, daß beim Gebrauch desselben, nicht weniger Mäsigkeit nöthig ist.

Ich komme zu einem andern Ihrer Lieblingsgetränke — zur Chocolade. Sie hat vorzüglich nährende Kräfte, und ist als Arzney gebraucht, nicht ohne Nutzen. Sie dienet besonders Personen, die durch starke Blutverluste entkräftet sind, und in einigen Gattungen der Auszehrung; aber sie muß dann sehr wenig, oder kein Gewürz enthalten, und nach Herrn Zimmermanns Angabe, mit etwas geröstetem Habermehl, und mit Milch zubereitet seyn. Der Mißbrauch der Chocolade ist sehr schädlich. Sie bekömmt kränklichen hypochondrischen und hysterischen Personen vorzüglich nicht, weil der Cacao, woraus sie bereitet wird, für dieselben zu unverdaulich ist. Fetten und vollblütigen Personen taugt sie noch weniger, weil sie dieselben immer vollblütiger, und zu vielen daher entstehenden Krankheiten, geneigter macht. — Die vielen Gewürze machen sie eigentlich im allgemeinen so schädlich, worunter vorzüglich die Vanille, der Zimmet, die Nelken und der Pfeffer gehören; wenn sie derselben in zu groser Menge beygemischt sind. Dergleichen Chocolade bringt Wallungen, Kopfschmerzen, Beängstigungen, Schwindel und mancherley hysterische Zufälle hervor. Ich würde eben deswegen meinen Leserinnen den täglichen Gebrauch derselben überhaupt mißrathen, weil sie, wie schon gesagt, zu

sehr

sehr nährt, sie zu vollblütig macht, und wegen dem Gewürze Ihr Blut erhitzt. Wenn Sie ja dann und wann ein Täßchen zu trinken wünschten, so dürfte sie nur sehr dünne, und nicht mit zu vielen Gewürzen verdorben seyn.

Der Punsch ist eigentlich kein Getränk für Frauenzimmer, ich sage deswegen nicht viel davon. Ein Gläschen könnte wohl im Winter, wenn es recht kalt ist, nichts schaden. Doch thun Schwangere besser, wenn Sie sich desselben ganz enthalten. Der Mißbrauch desselben hat alle übele Folgen mit den andern geistigen und erhitzenden Getränken gemein. —

Limonade ein sehr bekanntes Getränke, das aus Citronen, Zukker und Wasser bereitet wird — ist allen Frauenzimmern, die keinen zu schwachen Magen haben, besonders im Sommer bey groser Hitze, mäßig getrunken, recht zuträglich.

Das Bier, welches in unsern Gegenden gebrauet wird, ist für diejenigen meiner Leserinnen, die es gewohnt sind, gerne trinken, sich viel Bewegung machen, und überhaupt ein geschäftiges Leben führen, wenn es mäßig getrunken wird, ebenfalls kein schädliches Getränke. Es muß aber nicht zu sehr gehopft seyn, und gut gegohren haben. Zu dikkes fettes Bier, wird von schwachen Personen nicht gehörig verdauet, verursacht dikkes schleimigtes Blut, und alle daher-

rührende Uebel. Das sogenannte Bouteillen-Bier, ist Ihnen deswegen nicht dienlich, weil es zu sehr berauscht und leicht Blutflüsse erregt.

Der Aepfel- und Birnwein, welcher aus zeitigen Aepfeln oder Birnen zubereitet, nicht zu sehr geschwefelt ist, und gut ausgegohren hat, kann Ihnen, mäßig getrunken, eben so wenig schädlich seyn.

Der Wein ist sicher nicht allein fürs männliche Geschlecht geschaffen. Und das carthaginensische Gesetz, welches den Neuverehlichten allen Gebrauch desselben verbot, war würklich ein bißgen hart, und paßt nicht ganz auf unsere Zeiten. Es untersagte den Gebrauch des Weins, um den Mißbrauch desselben desto ehender zu verhüten. Jetzo aber haben sich die Zeiten verändert. Warum sollte ich Ihnen dahero nicht erlauben, bisweilen ein gutes Gläschen Wein zu trinken — wenn Sie z. E. etwas schwer verdauliche Speisen genossen haben, und ihn sonst zu trinken gewohnt waren? Es versteht sich von selbst, daß er Ihnen wohl bekommen muß, und daß keine besondere Umständen zugegen seyn müssen, die den Gebrauch desselben verbieten. Es ist aber nicht einerley, was Sie für Wein trinken. Die fremden, vorzüglich die süssen Weine, welche noch nicht recht ausgegohren haben und zu geistig sind, können Ihnen nicht mit Vortheil

für

für Ihre Gesundheit angerathen werden. — Sie müssen sich ferner der starken fremden Weine, gar nicht, oder nur blos als Arzney, und nie aus Gewohnheit bedienen. Ein guter, ächter, nicht allzuschwerer Rheinwein ist für die Frauenzimmer unserer Gegend, am zuträglichsten. Sie thun sehr wohl, wenn Sie sich desselben nur bey Tische, und wie schon gesagt, mit etwas Wasser vermischt, bedienen. Denjenigen meiner Leserinnen, die einen etwas trocknen, reitzbaren Körper haben, und bey denen die Leibesöffnung ohnedies schwer von statten geht, ist überhaupt genommen, der weisse Wein gesünder als der rothe; weil letzterer die Säfte verdickt und die festen Theile austrocknet.

Von den **Liqueurs** und den **andern geistigen Getränken** will ich weiter nicht viel mehr sagen, weil ich nicht glaube, daß sich meine Leserinnen oft deren bedienen. Fast schäme ich mich aber um so mehr, Sie vor dem Mißbrauch des Weins, und dem Gebrauch aller abgezogenen Geister und Liqueurs zu warnen, da die Enthaltsamkeit in diesem Stükke, gewiß keine seltne Tugend bey Ihnen ist. Doch werden Sie mir verzeihen, wenn ich es um der Ordnung und des Zusammenhangs wegen thue. Die **Liqueurs** und destillirte geistige Getränke schaden Ihnen immer mehr, je feiner und geistiger sie sind; sie

reitzen die Nerven, bringen bey Ihnen vorzüglich das Blut in die heftigste Wallung, und können tausenderley traurige Zufälle erzeugen. Wie unglücklich ist die Person Ihres Geschlechts, die sich von der unseeligen Gewohnheit beherrschen läßt — berauschende Getränke, vorzüglich in andern Umständen zu mißbrauchen! Wenn diese üble, schädliche Leidenschaft bey Mannspersonen tadelhaft ist, wie jedermann gestehet, so ist sie bey Personen des andern Geschlechts schändlich — abscheulich — und Ihrer Gesundheit weit nachtheiliger, da die natürliche Schwäche ihres Körpers, Sie schon empfänglich macht, alle üble Folgen einer vernachläßigten Diät ehender, und in einem weit höhern Grade zu fühlen. Wie vielem Schaden und Gefahr setzt sich überdies noch eine Person durch Fallen und Stossen ꝛc. ꝛc. aus, deren Verstand umnebelt ist? Und wie schrecklich können und müssen die Folgen für Sie, und ihre unschuldige Leibesfrucht werden! — Wenn dann so eine strafbare Mutter von gefährlichen hitzigen Krankheiten, von tödtlichen Blutflüssen überfallen wird, oft frühzeitig niederkommt, und nur elende, ungesunde Kinder auf die Welt bringt; so hat sie es ganz allein ihrer unseligen Lebensart zuzuschreiben. Doch verzeihen Sie meine v. Leserinnen! wenn ich vielleicht dadurch Ihre Delikatesse beleidigte, daß ich Sie

mit den Folgen eines Lasters unterhielt, wovon Sie frey sind! Meine Vorwürfe treffen nur diejenigen, die unbedachtsam genug sind, sich von einer so schändlichen Gewohnheit beherrschen zu lassen. Und diese verdienen nicht unter das schöne Geschlecht gezählt zu werden! —

Dritter Abschnitt.

Von der Bewegung und Ruhe der Schwangern.

Es geht hier in Ansehung der Bewegung und Ruhe / wie beym Essen und Trinken. Die goldne Mittelstrasse ist auch hier, so wie in allen Dingen, die beste. Eine den Kräften des Körpers angemessene Bewegung / ist ohnstreitig das vornehmste Mittel / die Gesundheit zu erhalten. — Die gute oder übele Verdauung, die Zubereitung des Nahrungssaftes, der Kreislauf des Bluts; die davon abhängende Absonderungen und Ausleerungen, die Ernährung unseres Körpers, alle diese Dinge stehen im genausten Verhältniß mit der Bewegung die wir uns machen. Sie können nicht glauben meine s. Leserinnen, wie zuträglich Ihnen die Motion daher ist, wie grosen Einfluß sie auf Ihre Gesundheit hat. Denn wird dadurch der Kreislauf des Bluts so wie die unmerkliche Ausdünstung durch die Haut vermehrt; so werden die überflüßigen Feuchtigkeiten weggeschafft, der Körper selbst gestärkt, und zu den nöthigen Verrichtungen geschickt gemacht, die dann nie besser von statten gehen. Verdauen Sie aber gut, bereiten Sie gutes Blut, so bleiben

Sie selbst gesund, und Ihre Leibesfrucht erhält dann auch gesunde, hinlängliche, und gut ausgearbeitete Nahrung, von welcher wie Sie wissen, deren ganze Gesundheit, Stärke und Wachsthum abhängt. Wie gros überdies noch der Einfluß der Bewegung auf die Heiterkeit des Geistes ist, dies werden Sie gewiß nach jedem Spaziergang an sich selbst empfinden können. — Der Mangel an Bewegung hingegen, bringt alle entgegengesezte übele Würkungen, als Verlust des Appetits, übele Verdauung, Anhäufung roher, schlecht ausgearbeiteter Säfte, Verminderung des Kreislaufs und aller Absonderungen und Ausleerungen, Verstopfungen, Steifigkeit und Schwäche der Glieder, Trägheit des Geistes, goldne Ader, Schlagflüsse und Wassersuchten, hervor. Und wie viel mehr muß das zärtere verborgene Geschöpf darunter leiden! — Ich könnte das Verzeichniß der übeln Zufälle, leicht noch gröser machen, wenn ich nicht glaubte, meine L. wären schon dadurch genug von dem Nachtheil einer beständig sitzenden Lebensart überzeugt. —

So sehr ich Ihnen aber eine mäsige, den Kräften des Körpers angemessene Bewegung rieth, eben so sehr muß ich Sie doch auch vor jeder allzuheftigen warnen, welches besonders von allem Laufen und Springen gilt. —

Viele Personen sündigen hierinn zum grösten Nachtheil Ihrer Gesundheit am meisten, daß Sie dann, wann sie selten aus dem Haus kommen, nun alles auf einmal einbringen wollen, was sie bisher versäumt haben. — Je heftiger die Bewegung ist, je stärker wird natürlicher Weise auch das Blut im Körper herumgetrieben, es können daher bei ohnedies vollblütigen und reizbaren Schwangern, die heftigsten Entzündungsfieber, Schlagflüsse, Blutflüsse, frühzeitige Geburten oder Mißfälle entstehen, welches leztere um so leichter in den ersten Monaten der Schwangerschaft geschieht, weil dann die Leibesfrucht nur sehr schwach und lokker mit der Gebährmutter zusammenhängt, und daher ehender abgerissen werden kann. Diese Folgen müssen ohnstreitig noch weit gefährlicher seyn, und leichter entstehen können, wenn eine solche heftige Bewegung noch überdies bei sehr heisem Wetter, oder dann vorgenommen wird, wenn man den Körper vorher, wohl gar mit hitzigen Speisen überladen, und sich erhizender Getränke bedient hat. Es ist also nicht gleichgültig zu welcher Zeit Sie sich Bewegung machen. Im Sommer müssen Sie, wenns anders möglich ist, nur morgends früh und abends, im Winter aber nachmittags, spazieren gehen. Nie dürfen schwächliche Personen

sonen gleich nach der Mahlzeit, vorzüglich im Sommer bei sehr heisem Wetter, eine etwas heftige Bewegung vornehmen; weil dann die Verdauung zu geschwinde, und eben deswegen unvollkommen von statten geht. Es ist auch nicht einerley, auf welche Art Sie sich Motion machen. Es giebt verschiedene Leibesübungen und Stellungen des Körpers, die Ihnen mehr oder weniger nützlich oder schädlich seyn können, und einige, die Sie ganz meiden müssen. Ich werde die Ehre haben, Sie Ihnen näher bekannt zu machen.

Das **Gehen** auf gleicher Erde, ist unter allen Bewegungsarten, die zuträglichste, freilich wohl nicht die bequemste, für Sie. Sie verdient vor allen andern den Vorzug darinn, daß alle Theile des Körpers dabey gleichmäsig bewegt werden, und die guten Würkungen der Bewegung empfinden. Nur müssen Sie sich vor Fallen und Stossen in acht nehmen, dann jeder etwas heftige Stoß, der die Gegend der Gebährmutter trift, kann die zarten Glieder der Leibesfrucht verschieben, eine unzeitige Geburt, Mißfälle, und sonstige Uebel verursachen. Sie dürfen daher nie im Dunkeln, und noch viel weniger bei Glatteis im Winter, ohne Begleiter ausgehen. — Es ist am besten wenn

Sie die Motion zu Fuse so lange fortsetzen, bis Sie den Anfang einer kleinen Müdigkeit empfinden; und nach den strengsten Regeln der Gesundheitslehre, muß jede Bewegung, vorzüglich zu Fusse, anfangs langsam seyn, dann stärker werden, und wenn man bald am Orte der Bestimmung ist, wieder etwas abnehmen.

Das Fahren auf ebenem Wege, in einer in Riemen hängenden sanften Chaise, kann Schwangern ohnmöglich schaden, doch ist es nur eine äusserst gelinde Motion, die höchstens für schwächliche Personen hinreichend ist. — Aber die Richtung des Unterleibs, und das beständige Hängen der Füsse, verdirbt wieder sehr vieles, auf der andern Seite. — Das lange, starke Fahren, auf sehr schlimmen, holprichten Wegen, in Wagen die in Ketten hängen und stossen, wie z. E. die Postwägen, müssen Schwangere vor allen Dingen meiden, denn die heftige Erschütterung, die der Unterleib dabei erleiden muß, kann Ihnen nicht anders als sehr nachtheilig seyn. — Das nemliche gilt vom Reiten, besonders vom starken Reiten, noch in einem weit höhern Grade; auch dann, wann Sie sich dabei eines Quersattels bedienen sollten. In den leztern Monaten der Schwangerschaft, mögten wohl

meine

meine Leserinnen keine grose Begierde zum Reiten haben, aber Sie müssen es auch von rechtswegen im Anfange derselben unterlassen, weil dann die übeln Folgen von jeder Erschütterung des Unterleibs, wenn sie von Natur zärtlich gebaut sind, wie ich schon oft gesagt habe, und nie oft genug wiederhohlen kann, weit leichter bei Ihnen entstehen, und gefährlicher für Sie werden können. — Das Schlittenfahren wäre zwar an sich keine schädliche Motion für Schwangere wenn sie dabei durch hinlänglich warme Kleidung den Unterleib gegen die Kälte beschüzten, da sie aber der Gefahr umgeworfen zu werden, ausgesezt sind; so thun Sie besser, es ganz zu unterlassen. Van Swieten sah heftige Blutflüsse darauf entstehen.

Aber nun komme ich an eine Bewegungsart, die Sie fast alle sehr lieben, und die Ihnen doch aus mehr als einer Ursache so schädlich werden kann. — Erschrekken Sie nicht! — Ich meyne das Tanzen. — Daß ich vorzüglich alles starke Tanzen, als Contretänze, Schwäbische, Deutsche, Französische, Englische Tänze und Walzer hier verstehe, werden Sie ohne meine Erinnerung einsehen. Hier gilt alles zugleich, was ich Ihnen übeles von der Erhizung und starken Erschütterung des

Leibs

Leibs prophezeiht habe. — Aber daß Sie mich nicht für zu grausam halten, so will ich Ihnen doch in der ersten Hälfte der Schwangerschaft ein paar Menuets zu tanzen erlauben. Mehr kann ich mit gutem Gewissen nicht thun. Denn sehen Sie! Herr Frank ist noch unbarmherziger gegen Sie, wenn er sagt: „bis zur Hälfte kann man solches wohl angehen lassen; aber es ist so schwer, sich allemal hier viel Mäßigung zu versprechen, daß ich lieber dieser Gattung von Bewegung, ganz abzusagen rathen wollte." Die Entscheidung, ob er ganz recht hat, überlasse ich Ihnen selbst. —

Wir sind noch nicht fertig, es giebt noch mehr Dinge, die oft dem Ansehen nach Ihnen nicht gefährlich scheinen, es aber doch werden können; Jede Bewegung des Körpers, wo Sie z. B. den Athem lange an sich zu halten, oft zu erneuern, oder zu schnell auszustoßen gezwungen sind müssen Sie eben sowohl, ganz meiden, oder doch zu mäßigen suchen. Hierzu rechne ich vorzüglich das Strekken und Reichen nach hohen Dingen, das Schaukeln, das Aufheben und Tragen schwerer Lasten, das heftige Schreyen, Singen, Lachen, Niesen, ꝛc. ꝛc. Denn unter diesen Umständen drükken das Zwerchfell, die Bauchmuskeln, und

Där-

Därme, mehr oder weniger auf die volle Gebährmutter, und können sehr leicht eine frühzeitige oder unzeitige Geburt, und viele sonstige Uebel zuwege bringen. Es fehlt nicht an traurigen Beispielen, welche die Wichtigkeit dieser Vorsicht ausser allem Zweifel setzen — und sie recht nothwendig machen. So sah Van Swieten eine Schwangere unglüklich werden, da sie ein gefallenes zweijähriges Kind, in der Geschwindigkeit aufheben wollte. —

Ich muß meinem Plan gemäs, nun auch etwas von der Ruhe, und den schädlichen und bequemen Stellungen und Lagen des Körpers, mit Ihnen sprechen. Von der Nothwendigkeit der Ruhe habe ich Ihnen fast gar nichts zu sagen, denn daß Sie ausruhen, wenn Sie müde sind, daran darf ich Sie wohl nicht erst erinnern. Das weitere werden Sie in dem nächsten Abschnitt bei der Gelegenheit hören, wo ich vom Schlaf sprechen werde; — Aber die Stellungen, deren sich Schwangere beim Ausruhen, und zur Bequemlichkeit bedienen, sind aller Aufmerksamkeit würdig. — Das Stehen gehört im strengsten Verstande auch mit unter das Ruhen. Ich habe aber nicht nöthig, Ihnen den Schaden des allzulangen Stehens begreiflich zu machen, da Sie die

Unbe-

Unbequemlichkeit, die Sie dabei empfinden, von selbst diese Stellung zu meiden, oder mit dem Sitzen zu vertauschen, zwingt. — Vom Nachtheil des allzulangen Sitzens, habe ich Sie schon, wie ich hoffe, genug überzeugt. Hier kömmt es nur vorzüglich auf die dabei befindliche Richtung des Körpers, und besonders des Unterleibs an. Es wird billig unter die widernatürlichsten Stellungen des Körpers gerechnet, und das daraus entstehende Nachtheil, ist würklich noch weit beträchtlicher, wenn Sie lange bei Ihren Beschäftigungen mit vorwärts gebogenem Leib, sitzen. Alle Beschwerden einer übeln Verdauung, und eines gehemmten Kreislaufs, als Kopfweh, Verlust des Appetits, Schwindel, Uebelkeiten, Stokkungen und Anhäufungen des Bluts im Unterleib, geschwollene Adern an den Füßen, heftige Rükschmerzen, Anfälle von der goldnen Ader, ꝛc. ꝛc. sind die natürlichen Folgen davon. Viele Aerzte und Geburtshelfer gehen noch weiter: sie wollen sogar, und gewiß mit vieler Wahrheit, schwere Geburten, stärkeres Anwachsen der Nachgeburt, gefährliche Wochenbette, und tausend schlimme Zufälle davon herleiten. Wenn Sie alles dies bedenken, so werden Sie gewiß vorsichtig seyn, und sich nicht selbst unglücklich machen wollen. — Die bequemste, vortheilhafteste und

gesundeste Lage zum Ausruhen, ist, und muß also diejenige seyn, wo der Unterleib am wenigsten gebogen oder gepreßt, und die Füsse etwas ausgestreckt sind, mit einem Wort, die halbliegende Lage, deren Sie sich nur auf Ihren Sophas und Canapees bedienen, wenn Sie allein sind, wie Herr Zückert sagt. In keiner Stellung des Körpers, geht der Kreislauf des Bluts leichter und besser von statten, in keiner andern befindet sich eben deswegen die Leibesfrucht auch besser, als in dieser, weil sie von keiner Seite gedrückt und gepreßt wird. Daß aber das Angenehme dieser Lage Sie nicht verleitet, weniger zu gehen, als sonst, und daß Sie sich derselben nur dann mit Recht und Nutzen bedienen dürfen, wenn Sie sich hinlängliche Bewegung gemacht haben, und etwas müde sind — daran muß ich Sie hier noch einmal recht ernstlich erinnern!

Vierter Abschnitt.

Vom Schlafen und Wachen der Schwangern.

Daß die durch die täglichen Geschäfte verlohrnen Kräfte, im Schlafe wieder ersetzt, überhaupt der Körper gestärkt, und zu den nöthigen Verrichtungen geschickt gemacht wird, ist den meisten meiner Leserinnen aus eigner Erfahrung bekannt. Ich habe Ihnen also vom Schlafen und Wachen sehr wenig zu sagen, da Sie von der Nothwendigkeit des erstern alle Abend sehr deutlich überzeugt werden. Nur von der Schädlichkeit des allzulangen Schlafens und Wachens/ und von der besten und leichtesten Art/ sich einen recht ruhigen/ gesunden Schlaf verschaffen zu können/ muß ich Ihnen meinem Plan gemäs, etwas weniges vorsagen. — Sie betrügen sich ausserordentlich, wenn Sie sich durch allzulanges Schlafen zu stärken glauben. — Weil der Kreislauf des Bluts und aller Feuchtigkeiten im Schlaf viel langsamer als im wachenden Zustande vor sich geht, so werden die Säfte dick, zähe und schleimicht, — es sammelt sich viel Fett, in den

Zellen des Körpers, zwischen der Haut, und an andern Orten: die festen Theile werden erschlappt, und der ganze Mensch überhaupt zur Trägheit, und vielen Krankheiten geneigt gemacht. Frauenzimmern, die ohnedies Neigung zum Dickwerden, oder zu hysterischen Zufällen haben, ist der zu lange Schlaf nach dem Zeugniß der grösten Aerzte besonders schädlich. **Das allzulange Wachen**, vorzüglich in der Nacht, oder bis nach Mitternacht, bringt natürlicher Weise, auch im Gegentheile die übelsten Würkungen hervor, und schickt sich für Schwangere gar nicht. Das Blut verliehrt zu viel von seinen feinen Theilen, und der milden Beschaffenheit; es wird scharf, die Kräfte gehen verlohren, der Körper wird abgezehrt, und nicht weniger von vielen daraus entstehenden übeln Zufällen überfallen. Sie sehen aus diesem Wenigen, das ich Ihnen hier sagen konnte, wie wenig sich in beyden Fällen, Ihr Blut, und alle Ihre Säfte, in derjenigen guten Beschaffenheit befinden können, in welcher sie sich doch nothwendiger weise befinden müssen, wenn Sie selbst gesund bleiben, und Ihrer Leibesfrucht eine gesunde, dienliche Nahrung mittheilen wollen. — Nur ein ruhiger, nicht zu langer Schlaf, der mit den Geschäften oder der gehabten Be-

wegung des Tags über, in einem gewissen Verhältniß steht, — erquickt den Körper, und erhält ihn gesund. Aber wie lange sollen wir dann schlafen? Und wie können wir uns einen recht ruhigen Schlaf verschaffen? — werden Sie mich mit allem Recht fragen. Die Beantwortung dieser Frage ist bey weitem nicht so schwer, als Ihnen vielleicht die Ausführung derselben scheinen mögte. Im allgemeinen läßt sich freilich nicht viel Bestimmtes sagen, denn auch hier ist die Macht der Gewohnheit gros, und es kömmt überaus viel auf Ihre sonstige Lebensart an. Führen Sie ein geschäftvolles Leben, oder machen Sie sich des Tags über viel Bewegung, so fordert die Natur von selbst, einen längern Schlaf zur Ersetzung der verlohrnen Kräfte, der auch dann minder schädlich, sondern vielmehr nützlich ist. Ueberhaupt meine f. L. gilt die goldene Regel: schlafen Sie so lange, bis Sie Ihren Körper zu neuen Beschäftigungen wieder hinlänglich gestärkt fühlen; Sieben, acht, neun Stunden, werden nach Maasgabe der vorhergegangenen Bewegung und Ermüdung dazu hinreichend seyn. Die Mittel einen ruhigen Schlaf zu erhalten, gründen sich völlig auf das bisher Gesagte, und können sehr kurz zusammengefaßt werden; Machen Sie sich des

Tags über brav Motion, daß Sie ein bißgen müde werden, essen Sie, vorzüglich Abends früh, wenig, und leicht verdauliche Speisen, warten Sie die Verdauung ab, meiden Sie besonders zu dieser Zeit alle warme erhitzende Getränke, wählen Sie, wenn es möglich ist, Ihr Schlafzimmer an einem stillen Orte, erhalten Sie die Luft darinn kühl und rein, ziehen Sie mit den Kleidern alle Gemüthsunruhe, alle Sorgen aus; so werden Sie gewiß gut schlafen, und die Folgen eines ruhigen Schlafs bey dem Erwachen empfinden. Von dem schädlichen Einfluß der unreinen Luft in den Zimmern, und den Mitteln sie rein zu erhalten, werde ich bald die Ehre haben, mit Ihnen zu sprechen. Hier muß ich Sie nur noch auf die übeln Folgen, die aus der Vernachläßigung obiger Regeln entspringen, aufmerksam machen. Wer sich wenig Bewegung macht, viel ißt, vorzüglich Abends, und dann mit vollem Magen zu Bette geht, schläft unruhig, wird von ängstlichen Träumen geplagt, und fühlt sich beym Erwachen statt erquickt und gestärkt, matt und träge. Daß alles dies bey schwangern Personen noch in einem weit höhern Grade gilt, versteht sich von selbst.

Noch muß ich zum Beschluß dieses Abschnitts, etwas von der Lage der Schwangern während dem Schlafe sagen, — denn sie ist gewiß nicht gleichgültig, für Mutter und Kind, besonders in den leztern Monaten der Schwangerschaft, wenn die Leibesfrucht schon gros und schwer ist. Sie thun daher sehr wohl, wenn Sie sich selbst von der Lage derselben so genau als möglich unterrichten lassen. Ist der Leib nach einer Seite ausgedehnt; so legen Sie sich auf die entgegengesetzte. Ist aber der Leib gleichförmig ausgedehnt, so ist es einerley, was Sie für eine Seite wählen, wenn Sie nur das unruhige Hin- und Herwerfen im Bette vermeiden. Es ist übrigens auch gut, wenn Sie dem ohngeachtet in diesem Falle, nicht immer nur auf einer Seite, sondern heut auf dieser, und morgen auf jener nnd immer etwas gebogen liegen, weil Ihnen eine zu sehr gestreckte Lage leicht schädlich werden könnte. — Das Seitenlager ist Ihnen deswegen als nüzlich anzurathen, weil in beyden Fällen, sie mögen auf dem Rükken, oder wohl gar auf dem Leib liegen, der Kreislauf des Bluts verhindert, und Sie von ängstlichen Träumen geplagt werden; des grosen Schadens, den Sie sich und Ihrer Leibesfrucht, vorzüglich durch die leztere Lage zufügen könnten, nicht zu gedenken! —

Fünfter Abschnitt.

Vom Verhalten der Schwangern in Absicht auf die Luft.

Ich brauche Ihnen wohl nicht erst zu sagen, meine v. L. daß Ihnen, so wie allen Menschen, die Luft so nöthig zum Leben ist, als Essen und Trinken. Da es aber nicht so wie bey andern Dingen in ihrer Macht steht, dieselbe nach Gefallen abzuändern; so müssen Sie sich um so ehender an alle ihre Veränderungen gewöhnen, wenn Sie gesund bleiben wollen. Es würde überflüßig und unschicklich seyn, wenn ich Sie mit einer weitläuftigen Abhandlung über alle ihre Eigenschaften belästigen wollte; ich werde Sie daher hier überhaupt nur darauf aufmerksam zu machen suchen, in wie fern Sie Ihnen schaden und nutzen kann. — Reine, frische Luft ist vorzüglich nöthig, Ihre Gesundheit zu erhalten; sie stärkt den Körper, und erhält das Blut in seiner gehörigen Beschaffenheit. Eingesperrte, verdorbene, von vielen Ausdünstungen verunreinigte Luft aber, muß alle entgegengesetzte übele Eigenschaften besitzen, und den schädlichsten Einfluß auf Ihre Gasundheit haben. Vernunft und Er-

fahrung beweisen die Wahrheit dieses Satzes. Herr Weikard sagt daher sehr schön: „In feuchten Alcoven, oder solchen finstern Schlafgemächern, wo die stokkende Luft selten, oder nie erneuert wird, wo viele Menschen in der nemlichen Stube wohnen, ohne durch Oefnung der Fenster, oder durch andere Mittel, die bey heissen Oefen, wohl bedünstete Luft zu erfrischen, da muß es mißfarbige Menschen, es muß schwere Krankheiten geben. Ein Arzt hat hieraus die Ursache geleitet, warum zärtliche Frauenzimmer im Winter fast immer kränklich sind." — Ich brauche Ihnen also auch nicht erst zu beweisen, wie ausserordentlich nothwendig es ist, daß Sie die Luft in den Zimmern, worinn Sie sich aufhalten, oder schlafen, immer so rein als möglich erhalten, und in dieser Absicht die Fenster und Thüren recht oft aufmachen. Diese Art die Luft zu erfrischen, verdient bey weitem den Vorzug vor allen andern, wo man die nemliche Absicht mit Räuchern zu erhalten sucht. Dann die Ursache, warum Sie sich gewöhnlich im Frühling und Sommer so wohl befinden, ist ohnstreitig keine andere, als weil Sie sich zu keiner Zeit mehr in der freyen Luft aufhalten, als zu dieser. Die Morgenluft, sagt Herr Tissot, bringt dem der sie einzieht, eine Stärke und ein Wohlbefinden bey, welches er den ganzen Tag über spürt,

Wie

Wie viele Vorzüge geniesen diejenigen Personen in Ansehung ihrer Gesundheit, die die schönste Zeit des Jahrs auf dem Lande zubringen können! Die Ausdünstungen der Erde, in dem Augenblick, da der Pflug neue Furchen öfnet, die Ausdünstungen des Thaues, welcher der Saft der Pflanzen, und eine Art eines flüchtigen Balsams ist, und die Ausdünstungen der Blumen, die niemals empfindlicher sind, als bey dem Anbruche der Morgenröthe, und bey dem Aufgang der Sonne, sind eben so viel Ursachen, die denen, welche die Landluft geniesen, in diesen verschiedenen Umständen, einen gewissen neuen Urstoff des Lebens geben, dessen diejenigen schlechterdings beraubt sind, die niemals eine andere, als die im Zimmer befindliche Luft einathmen. Da aber nicht jede meiner L. sich in der Lage befindet, den grosen Vortheil der Landluft geniesen zu können, und da es oft die Beschaffenheit des Wetters selbst, und andere Umstände erfordern, die Stube zu hüten; so müssen Sie, freilich auf eine unvollkommene Weise, das durch die Kunst zu ersetzen suchen, was Ihnen in dieser Absicht das Schicksal versagt hat. Das beste Mittel im Sommer, und zu allen Zeiten die Luft recht rein, frisch und balsamisch zu erhalten, ist wie schon gesagt, das Oefnen der Fenster. Dürres, angezündetes, und mit einer lichten Flam-

ne abbrennendes Wachholderreißig, Caminfeuer und Oefen, welche nicht ausserhalb, sondern im Zimmer selbst eingefeuert werden, reinigen zur Winterszeit die Luft in den Zimmern recht gut, doch ist das Oefnen der Fenster immer vorzuziehen, wenns thunlich ist. Das Besprengen des Fußbodens mit Wasser und Eßig, oder einer Auflösung von Salmiak; das Hinstellen grüner Zweige und frischer Blumen in Wassertöpfen, welche aber von Rechtswegen zur Nachtzeit immer wieder hinausgeschafft werden sollten, trägt auch nicht wenig zur Erhaltung dieses Endzwecks bey, vorzüglich im Sommer, wenn es sehr heiß ist. Sie befinden sich dann in einem künstlichen Garten, Sie geniessen den Vortheil, die balsamischen Ausdünstungen der Blumen einathmen zu können, ohne von der Sonne incommodirt zu werden. Denn ich muß Ihnen hier im Vorbeygehen sagen, nie dürfen Sie sich gleich nach Tische, und besonders in der Sommerhitze, viel Bewegung machen. Doch die Unbequemlichkeit, die Ihnen dann die Sonne verursacht, gebietet Ihnen schon von selbst, sich zu dieser Zeit ruhig zu halten. Aber ausserdem, daß ich Ihnen dies Zuhausebleiben und Ruhigverhalten, nur alsdann erlauben würde, wenn Sie sich wegen der grosen Hitze, ohne Nachtheil Ihrer Gesundheit im Freyen nicht viel Bewegung machen, und spatzieren gehen können; so muß ich Sie doch

noch für einer zu grosen Menge aller starkriechenden Dinge in Ihren Stuben, und besonders in Ihren Schlafzimmern warnen. Hierher gehören fast alle ätherische Oele, alle starkriechende Gewürze, und betäubende Blumen und Pflanzen, als Narcissen, Jasmin, Pommeranzenblüthe, Lilien ꝛc. ꝛc. deren Oele, alle Arten von Parfum, und die sogenannten pots pourris. Sie äussern bey Personen ihres Geschlechts, die mit sehr empfindlichen und reitzbaren Nerven begabt sind, und eben deswegen, ganz vorzüglich bey Schwangern die übelsten Würkungen, als Kopfschmerzen, Beängstigungen, Ohnmachten, Schwindel, und andere noch weit gefährlichere Zufälle. „Einer der grösten Aerzte erzählt ein Beyspiel, wo ein Frauenzimmer, durch den betäubenden Geruch einer zu grosen Menge von Violen, die sie in ihrem Schlafzimmer stehen hatte, vom Schlagfluß befallen, und todt im Bett gefunden wurde. Ein Frauenzimmer, die vermuthlich vom Rosenbette der Dichter gehöret hatte, bestreuete ihr Lager mit Rosenblättern, und verfiel in einen ewigen Schlaf. Landleute kennen den starken betäubenden Geruch des neuen Heues; sie sollten aber auch die gefährlichen Folgen desselben fürchten, und sich nie darauf legen, um zu schlafen. Schwangere auf dem Lande haben sich also dafür zu hüten.

Aber

Aber es giebt noch mehr Dinge, die Ihnen auf eine ähnliche Art schädlich zu werden im Stande sind, und die Sie eben deswegen kennen und meiden müssen. Hierher gehören alle solche Orte, wo die Luft verdorben, lange nicht erneuert, und sonst mit schädlichen Dünsten angefüllt ist; als lang verschlossen gewesene unterirdische Gewölbe, Keller, wo neuer Wein liegt, der sich in der Gährung befindet; frisch getünchte Zimmer, besonders wenn sie geheizt und warm sind; Orte, wo viel frisch gewaschenes Weiszeug zum Trocknen hängt, oder gebügelt wird. Kohlendampf in zugemachten Zimmern, vorzüglich von Schmidtkohlen, verschlossene Plätze — wo viele Menschen versammelt sind, oder waren ꝛc. ꝛc. — Es wird nicht überflüßig seyn, einige Beyspiel dieser Art aus Herrn Ritter Zimmermanns Erfahrung anzuführen, welche das so eben Gesagte, besonders in Ansehung der durch viele Menschen verdorbenen Luft, ausser allem Zweifel setzen. Im Jahr 1577. ward in Oxford über einige Uebelthäter in einem Zimmer Gericht gehalten, in welchem die Richter, der Adel, und fast alle anwesende Personen, dreyhundert an der Zahl, plötzlich starben. Daher auch die Engländer diesen Tag, den schwarzen Gerichtstag nennen. — Eben das widerfuhr vor etwa 40

Jahren

Jahren, mit gleichen Umständen zu Taunton. Im Sommer 1750. brach in London, bey der Verurtheilung einiger Uebelthäter, unter denen Richtern und Anwesenden ein gefährliches Fieber aus, das selbst durch die Kleider ansteckend war; auch von diesen starben fast auf der Stelle eine unglaubliche Menge Leute. Die sogenannte schwarze Höle, ein Gefängniß, in welches einst ein Barbar 146 Menschen einsperren ließ, von denen nach kurzer Zeit nur 23 mit dem Leben davon kamen, liefert uns eine ähnliche schreckliche Geschichte, wie fürchterlich die Würkungen der Luft seyn können, wenn sie eingeschlossen, und durch die Ausdünstungen vieler Menschen verdorben ist. — Alle bisher angeführte verdorbene Beschaffenheiten der Luft, schaden Ihnen nun immer mehr oder weniger, nachdem Sie mit reitzbaren, empfindlichen Nerven begabt sind, und nachdem Sie sich einer dieser gefährlichen Gelegenheitsursachen mehr oder minder ausgesetzt haben; und heftige Kopfschmerzen, Krämpfe, Schwindel, Betäubung, Zittern, Beängstigung, Ohnmachten, Erbrechen, und bey Schwangern noch weit gefährlichere Zufälle, wovon Sie gehöret haben, sind dann die gewöhnlichen Folgen. — Die sogenannten Feuerstofchen, deren Sie sich an kalten Orten zum Wärmen bedienen, sind auch nicht von diesen übeln Wür-

kungen befreyt; Sie schaden Ihnen, ausserdem, daß sie alle obenberührte schlimme Zufälle verursachen können, noch dadurch, daß sie bei Ihnen nicht selten eine Anlage, zu vielerley andern Krankheiten, zuwege zu bringen im Stande sind. Selbst das so unschädlich scheinende Nachtlichterbrennen und Räuchern, verdient hier in Anschlag gebracht zu werden. Lezteres geschieht am besten mit Wachholderbeeren oder Reißig und noch besser mit Eßig, weil dieser nach den Erfahrungen der grösten Aerzte vorzüglich dient, die Luft zu verbessern, und sie vor der Verderbniß zu bewahren.

Die verschiedenen Jahrszeiten verdienen wegen der verschiedenen Beschaffenheit der Luft unsere Aufmerksamkeit, und von der Schädlichkeit der Frühlingsluft werde ich bei Gelegenheit, wo ich von dem Wechsel der Kleider handle, sprechen. Die Herbstluft beträgt sich unter allen am feindseeligsten gegen Sie. Ueberhaupt ist der November ein Monat dem auch Sie gar nicht günstig sind. Man sollte würklich manchmal Mitleiden mit Ihnen haben, wenn man sieht, wie sehr Sie in dieser Jahrszeit bei trübem, feuchtem Wetter, von Kopf- Zahn- und Ohrenschmerzen, Beängstigungen, Herzklopfen und Magendrücken, und überhaupt von dem ganzen Heer des Vapeurs geplagt werden. Wie glücklich sind diejenigen,

denen dies fremde Namen, aber auch unbekannte Empfindungen sind! — Eines Theils verdienen Sie dann Mitleiden, aber andern Theils — verzeihen Sie daß ich so grausam seyn muß — auch nicht. Denn hier kommen zweierley Dinge in Betracht — aber sie stehen in der genausten Verbindung miteinander. Uebele Würkung des Wetters, und — Mangel an Bewegung. Wären Sie mehr an die Veränderungen, und selbst an die etwas übele Beschaffenheit der Luft gewöhnt; so würden Sie dieselbe nicht gleich empfinden, Sie würden sich mehr Bewegung machen, und eben deswegen auch gesünder bleiben. Wie beschämend ist in diesem Stück das Beispiel der Landleute für alle die sich vor der etwas kalten, oder feuchten Luft fürchten! — Gerade weil Sie so viel zu dieser Jahrszeit sitzen, immer mehr und mehr Ihre Gesundheit dadurch schwächen, die rauhe Luft nicht gewohnt sind, gerade deswegen leiden Sie von jeder kleinen Uebertretung dieser Art — wovon andere Menschen, die sich durch die Gewohnheit abgehärtet haben, nicht das geringste Uebel empfinden. — Von den trüben, feuchten Wintertagen, die Sie so sehr scheuen, gilt das Nämliche. Auch diese können Sie sich durch die Gewohnheit so ziemlich unschädlich machen. Sollten Sie aber durch

die Erfahrung überzeugt seyn, daß die übele Beschaffenheit des Wetters sehr grosen und schlimmen Einfluß auf Ihre Gesundheit hätte, so thun Sie freilich besser, wenn Sie sich alsdann zu Hause halten, oder doch nur äusserst behutsam, und nach und nach, daran gewöhnen. Sie müssen sich aber um so mehr die heitern schönen Tage dieser Jahrszeit zu Nutze machen, weil sie so selten sind. Wer Ihnen sagt: daß kalte Luft ihre zarte schöne Haut verdürbe, der ist ein Feind Ihrer Gesundheit. Viele Ihres Geschlechts befinden sich nie besser als im Winter, wenn die Luft rein, und der Himmer heiter ist. Kälte stärkt den Körper und vermehrt die Eßlust, besonders wenn man sich dann brav Bewegung dabei macht. Doch eine zu grose Kälte, und ein allzulanger Aufenthalt in derselben, kann Ihnen auch im Gegentheil wieder schädlich werden, wovon ich Ihnen in einem andern Abschnitt mehr zu sagen, die Ehre haben werde. — Hier ist der Ort, Sie vor den zu heisen Stuben im Winter, und vor den zu schnell aufeinander folgenden Abwechselungen der Kälte und Wärme zu warnen. Zu heise Stuben schaden, weil durch die Hitze die Luft sehr verdorben, ausgedehnt, und zum Athemholen untauglich wird, Wallungen, Kopfweh, Beängstigungen und allerlei Uebel

verur-

verursacht — Nie dürfen Sie, wenn Sie z. E. aus der Kälte kommen, zu geschwind, zu plötzlich, an einen sehr heissen Ofen treten; und eben so wenig sich, wenn Sie ein sehr heisses Zimmer verlassen haben, der Kälte auf einmal aussetzen. Beyde zu schnell auf einander folgende Abwechselungen können und müssen die bedenklichsten und gefährlichsten Folgen für Sie haben. Doch wenn ich Ihnen vorhin rieth, sich an alle Veränderungen und Abwechselungen der verschiedenen Jahrszeiten und der Luft zu gewöhnen — so warne ich Sie hier im Gegentheil recht ernstlich, sich nicht, wenn es Ihnen sehr warm ist, oder wenn Sie sich erhitzt haben, der Kälte, und noch viel weniger der Zugluft auszusetzen. Da dies völlig in Ihrer Gewalt steht; so sind Sie um so mehr verbunden, alle mögliche Rücksicht darauf zu nehmen. Die Folgen können sonst äusserst traurig und schrecklich für Sie und Ihre Leibesfrucht werden. Glücklich sind Sie dann, wenn Sie mit kleinern Unbequemlichkeiten, als Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Leibschmerzen, Ohrenschmerzen, und mit gelinden Augen und Halsentzündungen davon kommen. Aber dabey bleibt es leider sehr selten. Es erfolgen oft die heftigsten Entzündungsfieber und Gliederkrankheiten, Krämpfe, Convul-

 sionen,

sionen, die rasendsten Leibschmerzen, Durchfälle, Ruhren, Blutflüsse, und frühzeitige Geburten. — Das nemliche gilt vom kalten Trinken und allen eiskalten Erfrischungen, bey sehr erhitztem Körper. So sehr ich Ihnen ebenfalls zu einer andern Zeit, besonders im Sommer, kaltes Getränke anrieth, so sehr warne ich Sie auch hier davor. Sie sehen daraus, daß eine und eben dieselbe Sache, unter verschiedenen Umständen nutzen und auch schaden kann. Es scheint Ihnen zwar, wenn Sie sehr durstig sind, das gröste Labsal zu seyn. Aber meiden Sie es dann ärger, als Ihre gröste Feindinn: es kann Ihnen den Tod bringen. Wie viele Ihres Geschlechts sind schon wegen dieser gefährlichen Unachtsamkeit in der Blüthe ihrer Jahre dahin gewelkt: Brustkrankheiten und Auszehrungen, wovor Sie sich so sehr fürchten, sind die traurigen Folgen des kalten Trinkens bey erhitztem Körper. — Wenn Sie sich bey heissem Wetter, oder auch sonst, durch eine etwas heftige Bewegung erhitzt haben; so setzen Sie sich stille an einen Ort, wo Sie dem Zuge der Luft nicht ausgesetzt sind, essen Sie dann, wenn Ihnen der Durst ganz unausstehlich ist, etwas Obst, nehmen Sie eine Zitronenscheibe mit Zucker bestreuet, in den Mund, bedienen Sie sich blos laulichter Getränke, bis die

gröste

gröſte Hitze und Wallung vorüber iſt; oder halten Sie etwas kaltes Waſſer ſo lange im Munde, bis es lauwarm wie Ihr Körper wird. — Wie glücklich wäre ich, wenn Sie meinen Warnungen vorzüglich in dieſem Stück Gehör gäben, und nie durch eigene Erfahrung überzeugt würden, wie ſehr ſie gegründet ſind! —

Sechster Abschnitt.

Von der Kleidung einer Schwangern.

Von Ihrer Kleidung meine schöne Leserinnen! kann und werde ich Ihnen nur wenig sagen, da Sie diese selbst weit besser verstehen. Ich würde mich in ein Feld wagen, wo ich ganz unbekannt bin. Ich will daher in diesem Stück alles, oder wenigstens doch das meiste, was zur Verschönerung Ihres Körpers etwas beyträgt, Ihnen selbst, Ihren Schneidern und Putzmacherinnen überlassen. Kleiden Sie sich immerhin recht schön, ich selbst, und noch viele ernsthaftere Leute, sehen hübsch geputzte Frauenzimmer, sehr gern. Da ich aber in diesem Stück so complaisant bin; so hoffe ich auch von Ihrer Gütigkeit, daß Sie mir da, wo es auf Ihre Gesundheit ankommt, desto eher glauben, und willige Folgen leisten werden. Die Kleidung einer Schwangern muß überhaupt bequem und weit genug seyn, daß sich die Gebährmutter nach allen Seiten gehörig ausdehnen kann. Die Schnürbrüste gehören mit unter diejenigen Kleidungsstükke, gegen welche man mit allem Recht das meiste einwenden kann. Es ist schon so vieles wider den Gebrauch derselben gesagt wor-

den — wird es noch täglich, und die Folge ist, und bleibt immer die nemliche, und wird es leider! bleiben, so lange man noch, einen zum Umspannen dünnen Leib, unter die Schönheiten des weiblichen Geschlechts zählt. Sie können nicht glauben meine schöne L.! wie unglücklich Sie der unvorsichtige Gebrauch der Schnürbrüste in der Jugend, Ihre ganze Lebenszeit hindurch machen kann. Der beständige Druck derselben auf den Unterleib und das Becken in einem so zarten Alter, verhindert die nöthige Entwickelung dieser Theile, deren gute Beschaffenheit so unumgänglich nothwendig zum Gebähren ist, und ist allerdings im Stande, sie zu schweren, ja oft unmöglichen Geburten zu disponiren. Aber noch mehr, wenn der Gebrauch derselben Ihnen im jungfräulichen Stande so schädlich ist, indem er die Verdauung, und den so nöthigen Kreislauf des Bluts verhindert, Ihnen Verstopfungen im Unterleib und allerley daher rührende üble Zufälle, als Unordnung in der monatlichen Reinigung, Kopfschmerzen, Schwindel, Nasenbluten, Blutspeyen und Ohnmachten zuziehet, ohne an den wirklich reellen Schaden zu denken, den Ihre Gesundheit dadurch noch auf eine andere Art leiden kann, denn Brechen oder Husten ist bey stark eingeschnürtem Leib immer im Stand, Ihnen einen Muttervorfall oder Bruch zuwege zu bringen,) so ist er Ihnen in ihrer Schwangerschaft

unter solchen Umständen, doppelt nachtheilig. Sie wissen aus dem Vorhergehenden, daß sich nach dem dritten Monat der Leib schon auszudehnen anfängt, und nun immer bis zum Ende der Schwangerschaft an Dikke zunimmt. Daß diese Ausdehnung nöthig ist, wenn die Leibesfrucht leben und wachsen soll, halte ich für überflüßig Ihnen zu beweisen. Wie kann sie aber vor sich gehen, wenn Sie den Leib so ausserordentlich einpressen, den für die Leibesfrucht so äusserst nothwendigen freyen Umlauf der Säfte dadurch verhindern, und noch überdies, eben wegen dieser Pressung, die übele Wirkung des Athemholens auf dieselbe, unter diesen Umständen vermehren? Einer der grösten Aerzte schreibt die frühzeitigen Geburten, die Verunstaltungen der Kinder in der Gebährmutter, und die widernatürliche Schwäche und Gebrechen derselben, vorzüglich auf Rechnung der Schnürbrüste. — Weil in dieser Art Kleidung, das Athemholen und der Kreislauf der Säfte nicht gut von statten geht, so wird, wie schon gesagt, die Verdauung schlecht verrichtet, und die Leibesfrucht mit rohen Säften überladen; dies kann mit dem äussern Druck der Schnürbrüste verbunden, leicht den Kindern die Neigung zur englischen Krankheit verursachen. — Auch die Brüste leiden nicht weniger von diesem Druck der engen Kleider überhaupt; die Gefässe derselben sind nicht

im Stande, sich gehörig auszudehnen, und die einströmende Milch aufzunehmen. Es entstehen Stokkungen, Knoten, Verhärtungen und tausend andere fürchterliche Uebel. Das so nöthige Wachsen und Hervortreten der Warzen wird ebenfalls verhindert, und das arme Kind ist oft deswegen nicht im Stand nach der Geburt ordentlich zu saugen. — Wenn Sie bedächten, meine schöne L.! daß die Schnürbrüste noch überdies, weil sie den natürlichen Wachsthum der Leibesfrucht verhindern, und bey denselben nicht selten ungestallte Glieder und Köpfe erzeugen, Ihnen auch dadurch eine schwere Niederkunft, und ein kränkliches gefährliches Wochenbett verursachen können, so würden Sie mir gewiß folgen und diese schädliche Kleidungsstükke recht ernstlich vermeiden. Die sogenannten Planchetten, womit die Schnürbrüste insgemein versehen sind, vermehren den Druck, nach vornen zu vorzüglich, und machen sie dadurch noch weit schädlicher; und man hat Beyspiele von mißgestalteten Kindern, sagt der verdienstvolle Frank nach Ludwig, welche nach ihrer Geburt deutliche Merkmale des untern Endes solcher Planchetten, am Kopf aufzuweisen hatten. Alle diese Umstände sind hauptsächlich für solche Frauenzimmer merkwürdig, die oft im funfzehnten oder sechszehnten Jahre in die Arme ihrer Geliebten gerathen,

und die bey ihren noch so schwachen und zärtlichen Körpern diesen Schaden desto mehr erfahren müssen. Wenn Sie mir daher gehorchen müßten, so dürften Sie, wenn Sie ja wegen der langen Gewohnheit nicht ohne Schnürbrüste leben konnten und wollten, nur ganz weiche mit sehr wenig Fischbeinen versehene, oder sogenannte Corsette tragen; und alle eiserne Stangen müßten dann, vorzüglich in Ihrem Stande, um so mehr auf ewig von Ihrem Körper verbannt bleiben. Und was verliehren Sie dabey? Sie bleiben gesund, und sind gewiß dadurch nicht weniger schön und liebenswürdig. — Sie wissen ja selbst meine s. Leserinnen, daß Sie nie besser als im Neglige gefallen. — Ich könnte die Wahrheit des bisher Gesagten, mit den Zeugnissen der grösten Aerzte bekräftigen, wenn ich Sie dadurch zu überzeugen im Stande seyn sollte. Aber ich will nur einige Thatsachen anführen, die Ihnen gewiß einleuchten werden: Herr Professor **Ludwig** hat bey der Zergliederung eines Frauenzimmers gefunden, daß die Tiefsinnigkeit, der sie in ihrem Leben ergeben gewesen, aus der Pressung des Unterleibs, durch Schnürbrüste und der daher entstandenen Verstopfung der Eingeweide, ihren Ursprung genommen hatte. Der schwedische Leibarzt **Beck**, hat die Gewohnheit schwangerer Weiber, sich noch immer zu schnüren, unter die ersten Ur-

sachen

fachen gezählt, daß in 9 Jahren zu Stockholm, mehr Frauen im Kindbett gestorben sind, als in irgend einer Provinz von eben so viel Einwohnern. Und ein anderer, Namens Russel, hat angemerkt, daß sich die Weiber in Aleppo gar nicht schnüren, und daß dieses eine von den vornehmsten Ursachen der leichten Geburten sey, die man in ganz Syrien wahrnimmt. Das Nemliche berichtet d'Arvieux von den Araberinnen, die ausserdem sehr wohl gestaltet und schlank sind, ob sie gleich keine Schnürbrüste tragen. Und von den brittischen Frauenzimmern ist bekannt, daß die meisten derselben, die schönste Taille haben, ohnerachtet der Gebrauch der sehr steifen mit Planchetten versehenen Schnürbrüste Ihnen eben so wenig gemein ist, wie das Pressen der Kinder durch das fast eben so schädliche einschnürende Wikkeln; sondern daß sie sich nur solcher Schnürleiber bedienen, die sehr weich, nachgebend, mit den biegsamsten Fischbeinen versehen, und überhaupt so eingerichtet sind, daß sie weder die Brüste noch den Unterleib sehr einschnüren und drükken, sondern sich nach jeder Beugung, Ausdehnung und Stellung des Körpers richten. Sie bestehen nur aus einem Korset, welches die Hüften auf eine leichte Art preßt, und den Busen empor hebt. Ein Band welches über

die Achsel schwimmt, hält das Korset gelind zusammen. Da das Bruststück nie höher als bis an den Siz des Busens reicht; so genießt dieser alle Freyheit sich zu bewegen. — Von dem etwas geringern Schaden der Pochen und Reifröcke brauche ich fast nichts zu reden, da sie Gottlob! die Mode selbst, schon längst verbannt hat. Wollte der Himmel man könnte auch das Nemliche von allen andern Dingen sagen, die Ihnen während Ihrer Schwangerschaft nachtheilig werden können! — Auch die vielen Röke, die Sie zu tragen gewohnt sind, ziehen vermöge ihres Gewichts nach unten, und schaden der Leibesfrucht durch den daher entstehenden Druk auf den Unterleib, sagt White.

Wenn je eine Sache bei Frauenzimmern nützlich und empfehlungswürdig wäre, so müßte es die Mode seyn, sich hinlänglich weiter Schuhe, mit niedrigen Absätzen an denselben zu bedienen. Ausserdem daß bei hohen Absäzzen und engen Schuhen, wovon meistens die Leichdörner oder Hüneraugen entstehen, der Unterleib vorwärts gebogen wird, und die Anspannung desselben, durch den beständigen Druk auf die Gebährmutter der Leibesfrucht schaden kann; so haben niedrige Absätze auch noch den grosen Vortheil für Sie, daß Sie weit sicherer gehen, und der Gefahr umzuknappen, oder

gar zu fallen, weit weniger ausgesezt sind. — Auch der Gebrauch der Strumpfbänder verdient einige Aufmerksamkeit. Sie dürfen nur lose und lokker gebunden werden, wenn Sie nicht öfters vom Einschlafen der Füsse, und allen übeln Folgen eines langsamen, und verhinderten Umlaufs des Bluts in den Füssen, vornehmlich aber, von vielen Kindsadern geplagt seyn wollen. —

Sie hätten wohl nicht geglaubt, daß ich frech genug seyn würde, so vieles an Ihrer Kleidung zu tadeln: und doch muß ich Ihnen noch etwas vom Wechseln derselben sagen, das allerdings beträchtlichen Einfluß auf Ihre Gesundheit hat. — Die Verschiedenheit der Jahrszeit macht verschiedene Kleidungen nothwendig; nur die Zeit, die Art und Weise, wie, und wann man Sie wechselt, verdient einige Aufmerksamkeit. Ueberhaupt, meine schöne L.! können Sie als eine allgemeine Regel hierinn annehmen: **man muß die Sommerkleider etwas späte anziehen, und frühe mit wärmern Kleidern vertauschen.** Der von den Dichtern so sehr gepriesene Frühling ist unter allen Jahrszeiten die ungesundeste, sagt der würdige Herr Ritter **Zimmermann.** Die größte Schädlichkeit derselben beruht hauptsächlich auf der gewöhnlichen Abwechselung von Wär-

me und Kälte. Die Wärme des Mittags verführt Sie die Sommerkleider herbeizuholen und anzuziehen — der darauf folgende Abend wird kalt, und Sie werden dann für diese kleine Abkühlnng, durch die gewöhnlichen übeln Folgen der Erkältung, durch Leib- Zahn- und Kopfschmerzen, Schnupfen, Husten, Durchfälle, selbst Ruhr, und noch gefährlichere Zufälle, allzuhart bestraft. — Auch die zu schnelle Abwechselung der Kleider, selbst im höchsten Sommer, die Ihnen dann eine wahre Erquikung zu seyn scheint, wenn Sie sich sehr erhizt haben und heftig schwitzen, kann unzählige übele Folgen für Ihre Gesundheit haben, vorzüglich, wenn Sie dieselbe an einem Ort vornehmen, der von der Luft durchstrichen wird, — oder wenn diese Kleidung an einem kühlen und feuchten Ort gelegen hat, und selbst kühl und feucht ist. — Selbst der öftere und häufige Gebrauch der Fächer ist, bei sehr erhiztem Gesicht, nicht so ganz gleichgültig, sagt Herr Tissot. Er hält die Ausdünstung des Gesichts zurück, und macht eben dadurch den Kopf schwer und heis. Ich halte, fährt er fort, den Mißbrauch derselben für die Ursache vieler Krankheiten der Augen, der Nase, der Zähne, und vieler Ausschläge des Gesichts. — Im Winter bei strenger Kälte, haben Sie vor-

zūglich

züglich nöthig, den Unterleib durch warme Kleider hinlänglich gegen dieselbe zu verwahren, wenn Sie sich etwas lange in freier Luft, oder an andern kalten feuchten Orten wie z. E. in der Kirche aufhalten wollen, oder müssen. Ich kann Ihnen zu diesem Endzwek nichts Vortheilhafteres und Besseres, als den Gebrauch der Unterhosen, von Barchet anrathen. — Eben sowohl müssen Sie sich zu dieser, wie zu jeder andern Zeit, vor Verkältung der Füse hüten. Sie dürfen daher nie, wenn Sie aus dem Bette steigen, lange ohne Strümpfe in der Stube, und noch viel weniger in der Küche und andern kühlen feuchten Orten herumgehen, wenn Sie sich nicht tausenderley Unbequemlichkeiten zuziehen wollen. — Ich weis, daß dies nicht auf alle meine Leserinnen paßt, — die es nicht trifft, bitte ich hiermit um Verzeihung, aber den andern, die diese für Ihre Gesundheit so nachtheilige Gewohnheit an sich haben, — mögte ich sie herzlich gern, zu ihrem eignen Besten abgewöhnen!

Siebenter Abschnitt.

Vom Aderlassen, den Abführungen, und dem Gebrauch der Arzneyen bei Schwangern.

In Ansehung des Aderlassens herrscht bei Schwangern, ein sehr groses, und schädliches Vorurtheil. Sie glauben während der Schwangerschaft, drei, vier, auch mehrmalen Aderlassen zu müssen, (weil es andere thun) wenn sie das Blut auch noch so wenig entbehren können, — und schaden sich dadurch unendlich. Schwangere die gesund sind, einen guten Appetit haben, viel nahrhafte Speisen essen und gut verdauen, werden leicht vollblütig — und diese Vollblütigkeit erfordert allerdings, um grösern Schäden zu verhüten, eine Aderlasse. Hierbey kommt es aber nicht auf die Zeit der Schwangerschaft, sondern schlechterdings auf die Umstände an, die sie nothwendig machen. — Die vornehmsten Zeichen der Vollblütigkeit sind, eine lebhafte rothe Gesichtsfarbe, ein voller, starker, und dabei etwas schneller Puls, Hitze über den ganzen Körper, ein unruhiger, oder harter Schlaf, ängstliche

Träu-

Träume, Bangigkeiten, Schwere und Trägheit der Glieder, Ermüdung nach einer geringen Bewegung, Beklemmung der Brust, Schwindel, Kopfweh, das aber nicht von einem verdorbenen Magen herrührt. — Herzklopfen, wohl gar Nasenbluten, oder sonst ein Blutfluß; — Unter diesen Anzeigen ist eine Aderlasse bei Schwangern nöthig, und muß, nach dem Zeugniß der grösten Aerzte, immer auf dem Arm, und nur unter gewissen Umständen, und Anzeigen, die allein der Arzt bestimmen kann und darf, auf dem Fuße vorgenommen werden. Dieser muß dann selbst überwiegende Gründe haben, dadurch ein gröseres Uebel zu verhüten, als ein wahrscheinlich darauf zu befürchtender Mißfall, oder frühzeitige Geburt wären. — Bei schwächlichen oder durch Krankheit abgematteten Personen hingegen, die einen kleinen schwachen Puls, blasse, aufgedunsene, etwas kalt anzufühlende Haut und Hände haben, die wenig essen, oder wegen einem schlechten, in Unordnung gerathenen Magen, übel verdauen, und folglich wenig gutes Blut bereiten, ist schon jede Aderlaß an sich äusserst schädlich; und wenn es wahr ist, woran man doch nicht zweifeln kann, daß schon diejenigen Weiber, welche während der Schwangerschaft viel Blut durch die monatliche Rei-

nigung

nigung verlieren, nur kränkliche, und schwächliche Kinder zur Welt bringen; so muß das allzuhäufige Aderlassen, besonders bei schwächlichen Personen, und wo obige Zeichen der Vollblütigkeit fehlen, um so mehr den nachtheiligsten Einfluß auf ihre Gesundheit haben, sie zu mancherlei Nervenkrankheiten disponiren, dem Kinde die nöthige Nahrung entziehen, und selbst eine unzeitige oder frühzeitige Niederkunft verursachen können. Die Erfahrung der größten Aerzte und Geburtshelfer, bestättigt die Wahrheit dieses Satzes. —

Das allzusparsame Aderlassen hingegen, oder die gänzliche Unterlassung desselben, wo es nöthig wäre, kann nicht weniger, ausser andern Unbequemlichkeiten, einen Mißfall, eine schwere Niederkunft — einen heftigen Blutfluß während, und eine Entzündung der Gebährmutter nach derselben, oder ein gefährliches Wochenbett zuwege bringen. Ich werde noch öfters Gelegenheit haben, die Zeichen etwas genauer zu bestimmen und zu wiederholen, wo es nöthig ist; denn es kann nicht oft und tief genug eingeprägt werden. — Dies wird hoffentlich auch die Wiederhohlung manches schon mehr Gesagten entschuldigen; welches vorzüglich in Ansehung dieses wichtigen Punkts gilt. — Es läßt sich schlechterdings nicht bestimmen,

wie oft Schwangere eine Aderlasse vornehmen müssen. — Da fast jede derselben eine besondere Constitution des Körpers hat — und noch nebenher Umstände obwalten können, die eine allgemeine Regel in diesem Stück unmöglich machen. Halten Sie diese Erinnerungen nicht für zu geringe, meine schöne L.! Wenn Sie die übeln Folgen einer zur unrechten Zeit unternommenen, oder wiederholten Aderlässe bedenken; so werden Sie dieselbe gewiß nie ohne den Rath eines Arztes vornehmen. — Ich habe Sie vorzüglich nur deswegen auf obige Zeichen der Vollblütigkeit aufmerksam machen wollen, damit Sie sich nie ohne die Gegenwart derselben bey sich zu verspühren, aus eigenem Antrieb dazu verleiten lassen; doch dies sollte von rechtswegen niemals geschehen.

Der Gebrauch der Arzneyen, kann Ihnen nicht minder schädlich werden, wenn Sie demselben aus eignem Antriebe zu sehr nachhängen. Die dauerhafteste Gesundheit, wird durch den zu häufigen Gebrauch, besonders nicht passender Arzneymittel, zu Grunde gerichtet. Ueberhaupt sollten sich alle Menschen, und ganz vorzüglich Schwangere, für allen Arzneyen hüten, es mögen goldne oder silberne Pillen, Pulver, Mixturen, oder sonst was seyn, die Ihnen nur so obenhin angerathen und nicht von einem vernünftigen Arzt verschrieben werden.

Fragt man doch fast bey jedem, auch geringen Rechtshandel gleich einen erfahrnen Juristen um Rath, warum dann da nicht, wo es auf Leben und Gesundheit ankömmt? Aber viele glauben etwas zu sparen, wenn sie keinen Arzt um Rath fragen, brauchen jede Arzney, die auch in andern, diesen ähnlichen Fällen soll geholfen haben, und verliehren dadurch das Unersetzlichste — ihre Gesundheit. Ich habe nicht nöthig, die Wahrheit dieses mit Beyspielen zu unterstützen; sie sind leider! nicht so selten. Jede Arzney, auch die beste, schadet schon, wo sie nicht paßt, und man kann sich erst durch den unschicklichen Gebrauch derselben krank machen, wenn man es noch nicht ist. Viele Frauenzimmer schreiben nur gar zu gerne und oft die natürlichen Folgen der Schwangerschaft auf irgend eine kränkliche Anlage des Körpers und so umgekehrt. Wie schön, wie treffend spricht Zückert von diesem verwerflichen Hang zum immerwährenden Mediziniren. „Madame wird schlimm, man holt geschwind Lebenswasser; Sie kömmt wieder zu sich, und spürt eine starke Erhitzung von dem genossenen Trank, eilends nimmt sie ein niederschlagendes Pulver, und trinkt kaltes Wasser dazu. Nun kommen Blähungen. Da werden Carminative Muttertropfen, gebrannte Wasser, und andere hitzige Dinge gebraucht, und statt der Besserung stellen sich

stärkere Krämpfe ein. Der Leib ist verstopft, man nimmt seine Zuflucht zu Aloe, Hellebor, und starken scharfen Pillen. Man purgiret ohne Aufhören, man kann das Brechen nicht stillen. Man macht um kleine Beschwerden zu heben, heftige Krämpfe, Unordnungen des Körpers, ausserordentliche Wallungen des Bluts, und unaufhaltbare Blutflüsse." Wenn doch alle Frauenzimmer diese goldne Wahrheit zu ihrem eignen Besten beherzigen wollten! Gewiß, das unzeitige Medaziniren, wodurch sie den Aerzten entgehen wollen, liefert sie nur um so eher in die Hände derselben, sie machen dadurch kleine Unpäßlichkeiten, bey denen gar keine Arzneyen nöthig gewesen wären, und die eine etwas genauere Diät in kurzer Zeit gehoben hätte, oft zu würklichen und langwierigen Krankheiten.

In Ansehung der Abführungen werden nicht minder grose, wichtige, und äusserst nachtheilige Fehler begangen. Es ist daher nöthig, daß ich Ihnen die vorzüglichsten Merkmale, wo gelind abführende Mittel ohne grose Gefahr, und mit Nutzen gebraucht werden können, etwas näher bekannt, und Sie dadurch vorsichtiger mache. Die hauptsächlichsten Kennzeichen sind: **verlohrner Appetit, übler Geschmack im Munde, unreine Zunge, Aufstossen, winde, Blähungen, und dabey Mangel der Kräfte, Unruhe,**

ruhe / Verdrüßlichkeit, Kopfschmerzen, Schwindel, Leibschmerzen, abwechselnde, bald zu dünne, bald zu dikke Stühle, Rückschmerzen, Schwere und Trägheit in den Gliedern, vorzüglich in den Knien ꝛc. ꝛc. Viele dieser hier beschriebenen Zufälle, können aber auch oft Würkungen der Schwangerschaft und anderer Ursachen seyn, wo alsdann Arzneyen die übelsten Folgen hervorzubringen im Stande sind. — Ich mache Sie hauptsächlich nur darum mit denselben bekannt, daß Sie desto besser einsehen, wie nöthig es, wegen der Zweydeutigkeit dieser Zeichen ist, sich gleich vernünftiger Hülfe zu bedienen, und wie schädlich es für Sie werden kann, wenn Sie gleich bey einem, oder wenigen dieser Zeichen, von jedem unbestellten Rathgeber, oder Rathgeberinn, Arzneyen annehmen. Schwangere müssen sich, wie schon gesagt, überhaupt nur sehr gelind würkender Mittel bedienen. — Dies gilt ganz vorzüglich von den Abführungen — weil die erhöhte Reizbarkeit Ihres Körpers, besonders in diesem Stande, die Würkung eines jeden Mittels ohnedies schon vermehrt. Die heftigsten Leibschmerzen, Bauchflüsse, und Blutflüsse, Mutterentzündungen, Mißfälle und frühzeitige Geburten, — wobey immer das Leben der Schwangern aufs Spiel gesetzet wird, sind die gewöhnlichen Folgen stark und heftig

würkender Abführungen. Die meisten Gattungen von Pillen gehören hierher, die ich überhaupt bey Schwangern äusserst selten, oder nie gebraucht zu sehen wünschte, so lange man noch andere Mittel hat. Soll hier die geringe Quantität das thun, was einige Pulver, oder ein mittelmäßig groses Glas Arzney würkt, so muß das Mittel an sich schon stärker und heftiger würken und folglich gefährlichere Würkungen hervorbringen können. Es ist würklich keine Empfehlung für die Laxierpillen, wenn sie Ihnen heftige Leibschmerzen erregen, und wie man fälschlich sagt, recht suchen; und Sie thun daher sehr wohl, wenn Sie sich statt derselben, zum Abführen nur der Manna, Tamarinden, Caßie, Bitterwasser, Mittelsalze und Rhabarber bedienen. Lassen Sie sich die kleine Unbequemlichkeit, einige Löffel voll Arzney mit verschlossenen Augen hinunter zu schlingen, nicht abhalten, eine grösere zu vermeiden. Und müssen dann gerade alle Arzneyen so übel schmekken? Man kann sie ja so angenehm machen, als Sie es nur immer wünschen können. — Von den Brechmitteln, vor denen Sie sich mit allem Recht so sehr fürchten, sage ich Ihnen gar nichts — ob es gleich würklich Fälle in der Schwangerschaft geben kann, wo sie nöthig seyn könnten. Es wäre Unbesonnenheit Sie den Gebrauch derselben lehren zu wollen, da die

Nothwendigkeit dieser Mittel, der Arzt schlechterdings immer bestimmen sollte. — Sie sehen aus diesem Wenigen, das ich hier nur, um meinem Plan treu zu bleiben, anführen konnte, wie sehr Sie bey dem Gebrauch aller Arzneyen auf Ihrer Huth seyn müssen, wenn Sie Ihre Gesundheit nicht muthwillig verliehren wollen. Es ist wahr, oft ist der Gebrauch abführender Mittel, aus natürlichen Ursachen in der Schwangerschaft nöthig und nützlich; aber Sie können sich dieselben sehr entbehrlich machen, wenn Sie mir in allen Stükken hübsch folgen, was ich Ihnen bisher in Ansehung der Speisen und Getränke, der Bewegung und Ruhe, des Schlafens und Wachens, u. s. w. gesagt habe — und künftig noch zu sagen die Ehre haben werde. **Es ist überhaupt leichter und vortheilhafter für den Körper, eine Krankheit zu verhüten, als sie zu heilen.**

Noch muß ich mit ein Paar Worten einer gewissen Classe von Mitteln erwähnen, und Sie dafür warnen, die leider! nur gar zu sehr im Schwange gehen, und mißbraucht werden. Ich meyne die schweißtreibenden Arzneyen, deren man sich fast in allen Fällen, bey Kopf- Zahn- und Leibschmerzen rc. rc. ohne gehörige Rücksicht auf die wahre Ursache zu nehmen, so gerne bedient. — Nicht zu gedenken, daß sie gerade,

wie

wie gesagt, der Ursache der Krankheit entgegengesetzt seyn können, so sind die schweißtreibenden Arzneyen meist hitziger Art, vermehren den Kreislauf des Bluts, bringen Wallungen, zu heftige Schweisse hervor, und können selbst hitzige Krankheiten, gefährliche Blutflüsse, Mißfälle und frühzeitige Geburten verursachen. Ich muß Sie vor dem Gebrauch derselben doppelt ernsthaft warnen, da sie ihnen darum so schädlich sind, weil sie es am wenigsten zu seyn scheinen, das ist, weil Sie sich derselben so gerne bedienen — Die unmerkliche Ausdünstung durch die Haut ist allerdings eine der beträchtlichsten Ausleerungen, und macht wenigstens die Hälfte von dem aus, was man zu sich nimmt. Man sieht also hieraus, wie beträchtlich der Schade einer gänzlich unterdrückten Ausdünstung werden kann, wenn sie plötzlich zurücktritt, und sich auf das Hirn, die Lunge, oder sonst ein edles Eingeweide wirft, sagt Tissot. Haben Sie diese Ausdünstung unterdrückt, das doch eigentlich nicht seyn sollte, wenn Sie meinen Vermahnungen recht genau nachleben, empfinden Sie davon Mattigkeit und Schwere in den Gliedern, etwas Frost und Hitze, Zahn- Kopf- Ohren- oder Halsschmerzen; so sind allerdings Mittel nöthig, die die Ausdünstung wieder herstellen. Sie können in diesem Falle nichts besseres und weniger schädliches thun, als wenn

Sie ein paar Tassen Hollunderblüthen Thee, mit einigen Theelöffelchen voll Weineßig, oder Citronensaft und Honig, zu sich nehmen, sich übrigens ruhig verhalten, und nichts als leichtverdauliche Speisen geniesen. Dieses so gering scheinende Mittel, wird Sie dann recht bald wieder gesund machen, ohne daß Sie der Gefahr ausgesetzt sind, durch den Gebrauch hitziger und übelgewählter Arzneyen, wovon ich nur den einzigen Theriak nennen will, sich schlimmere Zufälle zuzuziehen, als selbst das gegenwärtige Uebel ist, das sie vertreiben wollen. Sollte dies Verhalten Sie nicht bald wieder gesund machen, so thun Sie am besten, den Arzt rufen zu lassen. — Von den treibenden, die Geburt befördernden Arzneyen und Tropfen, oder den sogenannten Muttereliriren, werde ich an einem andern Ort Gelegenheit haben zu sprechen.

Noch gehört zu diesem Abschnitt der Gebrauch der kalten und warmen Bäder. Die erstern meiden meine Leserinnen in diesem Stande, auch ohne mein Erinnern, weil Sie sich davor fürchten: Sie haben nicht Unrecht, es wäre sehr unvernünftig, Ihnen den Gebrauch der kalten Bäder allgemein anrühmen zu wollen, ohnerachtet es Fälle geben kann, wo sie Ihnen nützlich seyn könnten, doch auch dieses zu bestimmen gehört für den Arzt. — In Ansehung der war-

men Bäder aber, werden häufigere und für die Gesundheit sehr wichtige Fehler begangen. Sie sind schwächlichen Frauenzimmern, und denen, die viel Blut, und sehr reitzbare empfindliche Nerven haben, vorzüglich schädlich. Aber auch jede Schwangere sollte sich ohne den Rath eines vernünftigen Arztes derselben enthalten, weil sie/ wie die schweißtreibenden Mittel/ den Kreislauf des Bluts vermehren, den Körper schwächen, und besonders, wenn sie sehr heis sind, leicht Blutflüsse/ und selbst Mißfälle/ oder eine frühzeitige Niederkunft/ zu verursachen im Stande sind.

Achter Abschnitt.

Von den natürlichen Ausleerungen.

Obgleich die monatliche Reinigung in der Schwangerschaft gewöhnlich aufhört, und die Behandlung derselben so eigentlich nicht hierher zu gehören scheint; so muß ich doch meinen v. L. etwas davon sagen, damit sie nicht zu sehr erschrecken, wenn dieselbe allenfalls während der Schwangerschaft, ohne andere übele Zufälle, von denen Sie in einem der nächsten Abschnitte hören werden, bei Ihnen erschiene. Ich habe schon an einem andern Ort gesagt, daß die monatliche Reinigung nicht bei allen Schwangern ausbleibt; sondern daß vollblütige Frauenzimmer, oder solche, die immer zu dieser Zeit viel Blut zu verlieren gewohnt waren, dieselbe noch in den ersten Monaten der Schwangerschaft, ja selbst später haben, und sich übrigens dabei ganz wohl befinden konnten; denn nicht selten vertritt dieser natürliche Blutfluß zu dieser Zeit, bei sehr blutreichen Personen, die Stelle einer Aderlasse. Bleibt er aber im Anfang der Schwangerschaft weg, erscheint er dann erst später und stärker, als

sonst, spüren Sie dabei noch andere Unbequemlichkeiten — die Sie sonst nicht gewöhnlich dabei empfanden, — vielleicht noch in einem höhern Grade; so ist dies ein Wink der Natur, daß Sie sich äusserst ruhig halten, und alles vermeiden sollen, was Sie erhitzen, und den Umlauf des Bluts vermehren kann. — Sie thun überhaupt bei diesen Umständen sehr wohl; wenn Sie sich gleich nach Hülfe umsehen. — Denn oft kann noch hier durch eine vernünftige Behandlung, eine sehr grose Gefahr vermieden, oder doch wenigstens vermindert werden, wovon Sie anderswo mehr hören sollen.

Ich kann mich nicht enthalten, hier eine Anmerkung zu machen, die, wenn sie auch nicht ganz am rechten Ort stehet, doch den beträchtlichsten Einfluß auf Ihre Gesundheit hat, und eben deswegen Ihre ganze Aufmerksamkeit verdient. Kein Zeitpunkt ist ausser der Schwangerschaft so wichtig für Sie, als derjenige, wo gewöhnlich die monatliche Reinigung zu fliesen pflegt. Sie können gar nicht glauben, wie schädlich Ihnen zu dieser Zeit, eine vernachläßigte Diät in jeder Rükſicht werden kann. Die allgemeine Meynung und Gewohnheit lehrt Sie dann zwar alle Arzneyen zu vermeiden: Sie thun sehr wohl daran, ob es gleich auch hier Fälle giebt, wo Arzneimttel nützlich

seyn

seyn können, die aber schlechterdings der Arzt bestimmen muß; Allein Sie sollten sich zu dieser wichtigen Zeit, auch eben so sorgfältig, für jedem Diätfehler hüten, und alle schwer zuverdauende, erhitzende Speisen und Getränke, alle Erhitzungen und Erkältungen des Körpers, besonders der Füße und des Unterleibs, und alle unangenehme Leidenschaften vermeiden, wenn Sie Ihre theure Gesundheit nicht untergraben, und ein beständig kränkliches Leben führen wollen; weil Sie die Folgen jeder kleinen Ausschweifung, die Ihnen sonst vielleicht kaum merklich sind, in diesem Zeitpunkt gewöhnlich in einem weit höhern Grade empfinden müssen. Es fehlt hier nicht an traurigen Beweisen, und Sie können selbst sehr viele Beispiele von der Art beobachten, wenn Sie ein bischen aufmerksam seyn wollen.

Schwangere werden nicht selten, bald von einem unwillkührlichen Abgang des Urins, bald von einer Verhaltung desselben geplagt. Das erstere ist zwar nicht so häufig und gefährlich, aber das leztere kann Ihnen die heftigsten Schmerzen verursachen, und Sie der grösten Gefahr aussetzen. Ob es gleich von vielen Ursachen die nicht hierher gehören, entstehen kann, so sind doch meist Krämpfe die den Blasenhals zuschnüren, oder Druk der ausgedehnten

Gebährmutter auf denselben, Schuld daran. Im erstern Falle thun gelind krampfstillende Mittel, die nicht erhitzen, als eine Tasse Chamillenthee, mit ein paar Tropfen versüßten Salpetergeist genommen, die beste Würkung. Hüten Sie sich aber hier, für allen erhitzenden, urintreibenden Arzneyen; sie können Ihnen die unsäglichsten Schmerzen, die heftigste Entzündung der Blase und Gebährmutter, gefährliche Blutflüsse, und selbst eine frühzeitige Niederkunft zuwege bringen. — Ist blos Druk der ausgedehnten Gebährmutter die Ursache des Uebels, so leistet ein gelindes Zurükschieben derselben, von dem Blasenhals, die beste, augenbliklichste Linderung. Ueberhaupt thun Sie sehr wohl, wenn Sie sich gleich Raths erholen, und nicht lange zaudern, denn die Beschaffenheit des Uebels erfordert die schnellste Hülfleistung, ohne die in kurzer Zeit, die größte Gefahr für Sie daraus entstehen kann. —

Von der unmerklichen Ausdünstung, die immer ordentlich von Statten gehen muß, wenn Sie sich wohl befinden sollen, und den Mitteln sie wieder herzustellen, wenn sie unterdrükt ist, sage ich hier nichts, weil ich schon an einem andern Ort davon gesprochen habe. —

Die Klage über Verstopfung, Hartleibigkeit, und die daher rührenden Uebel, ist bei

Schwan-

Schwangern sehr häufig. Die Ursache davon ist ziemlich leicht einzusehen. Wenn wir bedenken, daß in der Schwangerschaft, die ausgedehnte Gebährmutter die Gedärme drükt, und sie dadurch in ihrem Geschäfte stört; so müssen sich natürlicher Weise die Speisen länger in denselben aufhalten, und die Excremente trokner werden. Essen Sie überdies noch viel, und zwar trokene, schwerverdauliche Speisen, trinken Sie, wies gewöhnlich der Fall ist, zu wenig, und machen Sie sich ebenfalls keine hinlängliche Bewegung; so muß es uns gar nicht wundern, wenn wir Sie beständig über Hartleibigkeit, und die daher entstehende übele Folgen, als Kopfschmerzen, Blähungen und Krämpfe klagen hören. Es steht fast ganz in Ihrer Macht meine schöne L. dieser für Sie so grosen Unbequemlichkeit gröstentheils und zwar ganz ohne Arzt abzuhelfen, wenn Sie alles bisher Gesagte beherzigen wollen. Denn ob es gleich auch Fälle giebt, wo würklich Hülfe des Arztes, in diesem Stük nöthig ist; so werden sie dann doch nur sehr selten eintreten. Essen Sie nicht zu viel, zu zähe und schwerverdauliche Speisen, sondern mehr verdünnende und saftreiche, als zarte Gemüse, Spinat, Kochsalat, Endivien ꝛc. ꝛc. weise und gelbe Rüben, alle Arten gekochten Obsts, als Zwetschken,

Kirschen, Pflaumen, Aepfel: machen Sie sich genugsame Bewegung, und trinken Sie täglich wenigstens 3 — 4 Schopfen Wasser, oder eines andern verdünnenden, nicht hitzigen Getränkes; — so werden Sie gewiß äusserst selten, oder vielleicht nie, die übeln Folgen der Hartleibigkeit empfinden müssen. — Sollten Sie sich aber im entgegengesezten Falle befinden, sollten sie lange keine Oeffnung gehabt haben, und deswegen schon die obenberührten übeln Würkungen der Verstopfung fühlen; so lassen Sie sich einstweilen ein Hausclystir, aus einer guten Handvoll Waizenschälen, in einer halben Maas Wasser, oder frischem Regen gekocht, gesiehen, und mit einem Eßlöffel voll Honig, füser Butter oder Oel, und ein bisgen Salz vermischt, appliciren. Es versteht sich von selbst, daß Sie dann auf ein Clystier nur die Hälfte nehmen. Die nemliche und noch bessere Würkung thut, besonders wenn Sie in diesem Falle von Krämpfen geplagt werden, ein simpler Absud von Chamillen, mit einigen Eßlöffeln voll Leinöl vermischt. Doch zaudern Sie nie zu lange, wenn Sie keine Besserung darauf spüren sollten, den Arzt rufen zu lassen, und gewöhnen Sie sich überhaupt auch nicht zu sehr an den Gebrauch der Clystire, die Ihnen in

groser Menge genommen, immer sehr schädlich seyn können. —

Ein zu loser Leib entsteht ebenfalls nicht selten bei Schwangern. Er kann von verschiedenen Ursachen herrühren, und die Heilart muß immer denselben anpassen. Ist er von Verkältung und unterdrükter Ausdünstung entstanden; so heben ihn warmes Verhalten, und einige Tassen Thee. Sind Unreinigkeiten des Magens und der Gedärme schuld, empfindet die Kranke dabei Ekel, verlohrnen Appetit, Magendrükken, Leibschmerzen, Kopfweh, Schwindel; so sind Enthaltsamkeit von allen schwerverdaulichen Speisen, und gelind abführende Mittel, z. E. einige Unzen wässerigter Rhabarber = Tinktur, mit ein Paar Quentchen Seignettesalz das Beste, was Sie in diesem Falle nehmen können. Ist die Materie sehr scharf, verursacht sie bei der Ausleerung heftige Schmerzen; so dienen viele schleimigte Getränke; wie z. E. dünner Haber = oder Gerstenschleim ꝛc. ꝛc. Ich mache Sie vorzüglich nur deswegen auf die vielerley Ursachen und verschiedenen Behandlungsarten aufmerksam — damit sie sehen, wie leicht Sie im Gebrauch der Arzneien irren können — und wie gefährlich dieser Irrthum für Sie werden kann. Jeder Durchfall der mit heftigem Reissen, oder

wohl

wohl gar mit Wehen ähnlichen Empfindungen verbunden ist, erfordert von Ihrer Seite alle mögliche Vorsicht, und Sie thun gar wohl, wenn Sie gleich Hülfe suchen, anstatt daß Sie ihn mit stopfenden und erhitzenden Mitteln zu Ihrem grösten Schaden stillen wollen; denn oft ist es ein heilsames Unternehmen der Natur, wodurch sie einen schädlichen Stoff, zum grösten Vorheil der Gesundheit, aus dem Körper schafft.

Neunter Abschnitt.

Von den Leidenschaften, der Einbildungskraft, und dem Verhalten der Schwangern in dieser Absicht.

Ohne Empfindung meine v. Leserinnen! wären Sie bey weitem nicht so liebenswürdig, auch könnte Ihre Gesundheit ohnmöglich lange bestehen. — Doch jeder zu heftige Affekt, alle Gemüthsbewegungen und Neigungen, die die Grenzen der Vernunft überschreiten, zu lange anhalten, und zu oft wiederkommen, werden Leidenschaften, und können, wie die tägliche Erfahrung lehrt, die gefährlichsten und traurigsten Folgen für Ihre Gesundheit und Schönheit haben. Sie werden von jedem Gegenstande leichter afficirt als Mannspersonen, und Sie sind wegen Ihren beweglichern reizbarern Nerven für Freude und Leid, gleich empfänglich! — Zwar machen unangenehme Leidenschaften keinen so bleibenden Eindruck auf Sie, aber sie sind Ihnen doch nicht minder schädlich — weil die leichtere, öftere Rückkehr derselben, das in dieser Absicht ersezt, was Ihnen an Stärke und Dauer abgeht. Daß hier so wie überall Ausnahmen

statt

statt finden, habe ich wohl nicht nöthig zu erinnern, weil ich immer nur, wenn ich im Allgemeinen rede, den grösten Theil meiner Leserinnen meyne. Es wäre überflüßig, und meinem Plan nicht gemäß, hier eine lange philosophische Abhandlung von den Leidenschaften zu schreiben, wenn ich es auch würklich im Stande seyn sollte. Ich werde m. L. nur so im Allgemeinen mit den Würkungen derselben bekannt machen, damit sie doch ihre Feinde ein wenig näher kennen lernen, und sich vor Ihnen hüten.

Daß die Leidenschaften, wenn Sie in den gehörigen Grenzen bleiben; viel Gutes, aber auch, wenn Sie dieselben überschreiten, noch mehr Böses stiften können — ist allgemein bekannt. Wenn aber zu heftige, zu lang anhaltende und oft wiederkehrende Gemüthsbewegungen jedem Menschen, und vorzüglich dem schönen Geschlecht schaden; so müssen sie bey Schwangern, wo ohnedies die Reitzbarkeit des Körpers überaus erhöht ist, noch unendlich mehr Nachtheil verursachen können. Und was muß erst die zarte Leibesfrucht dabey leiden! müssen nicht frühzeitige Geburten, Mißfälle, oder ungesunde, mit den schrecklichsten Krankheiten behaftete Kinder, die traurigen, gewöhnlichsten Folgen seyn — wenn sich die Mütter während ihrer Schwangerschaft zu sehr davon hin-

reissen lassen? Es fehlt leider! nicht an traurigen Beweisen dieser Wahrheit, und es sind Ihnen vielleicht selbst Beyspiele bekannt, wo Mutter und Kind, das Opfer einer übereilten Leidenschaft wurden, und doch sieht man täglich noch ähnliche Vorfälle. „Aber werden Sie sagen: Herr Doctor! Sie haben gut predigen! Es ist leichter eine Regel vorzuschreiben, als sie selbst zu befolgen; und wie sollen wir uns dann, auch mit dem besten Willen alle unsere übrige Leidenschaften zu beherrschen, vor Traurigkeit und Schrekken in Acht nehmen?“ Sie setzen mich in Verlegenheit. Doch können Sie mir sagen, daß je durch Traurigkeit die Gröse eines Uebels verringert worden ist? — Wer wird so unvorsichtig seyn, Ihnen eine traurige Nachricht, besonders plötzlich zu überbringen? Und sollten Sie würklich Ursache zur Traurigkeit haben, so meiden Sie die Einsamkeit, machen Sie sich Zerstreuung, und thun Sie alles, was Sie aufheitern und gesund erhalten kann. Auch die übeln Würkungen des unvermutheten Schrekkens können durch ein vernünftiges, standhaftes Betragen Ihrer Seits, sehr vermindert werden. — Und äusserst strafbar wären Personen, die Ihnen, auch nur in der allerunschuldigsten Absicht von der Welt, den geringsten Schrekken in Ihrem Stande mit Vorsatz verursachten! — Doch

davon,

davon, wie auch von dem besten Verhalten der Schwangern, allen oder den meisten übeln Folgen der Leidenschaften auf die vernünftigste Art vorzubeugen, an einem andern Ort, mehr!

Die Leidenschaften würken entweder schnell, oder langsam — das heißt: sie verursachen einen plötzlichen Tod, oder untergraben die Kräfte des Körpers nach und nach, und stürzen in eine unheilbare Auszehrung, und Frauenzimmer sind vorzüglich deswegen, dem letztern Uebel nach den Erfahrungen der größten Aerzte, so sehr ausgesetzt.

Die Traurigkeit, würkt mehr langsam als heftig, wenn sie ein langwieriges Uebel zum Grunde hat, doch kann eine plötzliche Traurigkeit, wenn sie zu gros und heftig auf einmal ist, auch den Tod bringen, oder sonst schreckliche, plötzlich entstehende Folgen haben. Die Geschichte liefert uns verschiedene Beyspiele dieser Art. Die Tochter des Cäsar und die Kayserinn Irene starben beyde für Gram, als sie, die Erste, den Tod des Pompejus, und die Andere, das Ableben des Kayser Philippus, ihrer beyderseitigen Gemahle erfuhren. — Stahl sah eine Mutter, der die Nachricht von dem Tod ihres Sohns gemeldet wurde, in Ohnmacht fallen, die sich in einen Schlagfluß endigte, und sie plötzlich tödtete. — Eine langsame anhaltende

Traurigkeit würkt, wie bekannt, nicht so heftig, aber die Folgen sind doch nicht weniger nachtheilig für die Gesundheit. Sie schwächt die Nervenkräfte und Verdauung ausserordentlich, benimmt Appetit und Schlaf, erzeugt Blähungen, Krämpfe und Ohnmacht. Traurige werden endlich gegen die geringste Kleinigkeit empfindlich und ärgerlich, und untergraben eben dadurch ihre Gesundheit immer mehr. Der Kreislauf des Bluts geht äusserst langsam und unvollkommen von Statten, weil es nur mit größter Mühe, und unter Seufzen durch die Lunge gepreßt wird. Es entstehen daher Verstopfungen in der Leber, Gelb- und Wassersucht, endlich die tiefste Melancholie, Wahnsinn, Auszehrung, und bey Frauenzimmern, nicht selten die fürchterlichste aller Krankheiten — der Krebs an den Brüsten. — Aeusserst selten, oder vielleicht nie erzeugt eine einzige unangenehme Leidenschaft alle übele Folgen allein, sie mögen nun plözlich oder langsam entstehen; und immer sind mehrere, wie z. E. Schrekken und Furcht, Traurigkeit und Schmerz, Gram, Kummer oder Zorn mit einander verbunden u. s. w. Geschwinder und tiefer wirkend, müssen daher die Folgen seyn — wenn z. E. eine Leidenschaft wie die Traurigkeit, mit irgend einem drükkenden Schmerz, Gram, oder Kummer vergesellschaftet ist, wie es sehr oft

zu geschehen pflegt. — Und dies gilt von allen zusammengesetzten unangenehmen Gemüthsbewegungen. So starb Valentini von Mayland vor Schmerz, weil man den Tod ihres Gemahls des Herzogs von Orleans nicht rächte; — Die Dauphine Margarethe von Schottland, weil man einen Zweifel in ihre Keuschheit setzte — und die Königinn Elisabeth fiel, nachdem sie den Grafen Essex hatte enthaupten lassen, in eine Mattigkeit, die sie langsam dem Grabe zuführte: als sie aber vernahm, daß er um Gnade gebeten, und man es ihr verhehlt hatte, fiel sie in eine Verzweifelung, die ihr schnell das Leben raubte. — Wenn die Folgen dieser Leidenschaften so heftig, so traurig bey nicht schwangern Frauenzimmern sind, um wie vielmehr werden sie es bey Ihnen und Ihrer zarten Leibesfrucht seyn: denn in einem weit höhern Grade müssen Sie beyde, und besonders letztere, alles Unangenehme dieser Leidenschaften empfinden. Sie erhält keine hinlängliche gesunde Nahrung, und findet schon entweder im Mutterleib ihren frühen Tod, was würklich besser ist, oder sie schleppt einen elenden, siechen, mit schrecklichen Krankheiten behafteten Körper, bis zu ihrem Ende mit sich herum. — Alles was die Natur Schreckliches in diesem Stück hervorbrachte, enthält die traurige Geschichte, die uns Herr

Unzer aufgezeichnet hat. — Ich kann mich nicht enthalten, sie hier in einem Auszuge zu liefern. Eine Frau bekam im siebenden Monat ihrer Schwangerschaft Nachricht von der erbärmlichen Todesart ihres Mannes und Sohnes zugleich. Sie verfiel in die größte Betrübniß und gebahr am Ende des neunten Monats eine Tochter, deren Gesicht äusserst entstellt, und ein Sammelplatz alles Schrekkens war. Sie war zeitlebens stumm, und konnte nur durch einen unverständlichen Laut ihre Begierden ausdrükken. Der Gebrauch des Verstandes fehlte ihr ganz, und sie konnte in ihrem zwölften Jahre, ohne Beyhülfe, weder Speisen noch Getränke zu sich nehmen, noch andere Nothdürftigkeiten verrichten. Bey jeder Mondesveränderung wurde sie immer von den heftigsten Convulsionen überfallen. Bald weinte sie, bald fuhr sie erschrokken zusammen; bis sie bald darauf in eine Ohnmacht verfiel, wobey ihr mit untermischtem Schluchzen der Schaum vor den Mund trat, und aller überflüßige Vorrath im Körper fortgieng. Dieser Anfall dauerte gewöhnlich 24 Stunden hintereinander, worauf sie in einen eben so langen Schlaf verfiel, und nachher in so weit hergestellt wurde, um nur mit jeder neuen Mondsveränderung neues Elend zu erdulten. — Nicht weniger betrübt in Rücksicht der Mutter ist die Ge-

schichte,

schichte, die uns Herr Frank liefert. Er sagt: es sind kaum 4. Tage, wo ich dieses schreibe, daß eine liebenswürdige Wöchnerinn begraben ward, deren Tod den stärksten Beweis von den Folgen einer gereitzten Einbildungskraft geben mag. Diese Unglückliche hatte vor einem halben Jahre ihren Ehemann verlohren. Als sie sich ihrer Entbindung nahe sahe, sagte sie ihrem Seelsorger mit einer Zuverläßigkeit den ihr bevorstehenden Tod vorher, welcher mit ihrer würklich vollkommenen Gesundheit nicht im geringsten zusammenhieng. Sie gebahr ohne übele Zufälle ein gesundes munteres Mädchen. Die Hebamme wies ihr das wohlgestaltete Mädchen vor, um sie als eine glückliche Mutter aufzumuntern; sie sah es an, und rief aus: o du unglückliches, ohne Vater gebohrnes Kind! Schnell überfielen sie die lebbaftesten Schmerzen in allen Gliedern, sie fühlte kalten Todesschweiß und Beklemmung ꝛc. ꝛc. Es ruft mir mein seeliger Mann, sprach sie, und ich komme zu ihm! — — Und in weniger als 4 Stunden war sie nicht mehr.

Indignation, das Gefühl einer grosen Beleidigung ohne sich rächen zu können oder zu dürfen, findet meistens nur bey Mannspersonen statt, und ist eine aus Zorn, Traurigkeit oder Schmerz zusammengesetzte Leidenschaft, die zwar meinen f. L. nicht bekannt seyn sollte, von der ich Ihnen

aber doch ein Wörtchen sagen muß, weil auch die schönsten Damen Menschen sind und bleiben, und öfters allem gerechten Unwillen und Zorn, so gut ausgesetzt werden, als wie die Herren. — Diese Leidenschaft kann entweder plötzlich tödten, oder doch eben so gefährliche Folgen haben, als die Traurigkeit. Auch hiervon sind Beyspiele nicht selten. **Valerius Maximus** erzählt, die Ehefrau des **Nausimenes**, eines Atheniensers, habe ihren Sohn und ihre Tochter in der Blutschande ertappt, sey plötzlich verstummt, und es für die übrige Zeit ihres Lebens geblieben. — Eine Tochter fand ihren Geliebten in den Armen ihrer Mutter, und gerieth in einen unheilbaren Wahnwitz.

Schrekken und Zorn sind unter allen Leidenschaften diejenigen, die bey dem schönen Geschlechte die meisten Verwüstungen anrichten, Tödliche Ohnmachten, Starrsucht und immerwährendes Zittern der Glieder, Epilepsie und Schlagflüsse, sind nach den Erfahrungen der größten Aerzte, die gewöhnlichsten Folgen eines heftigen Schreckens. Der Kreislauf des Bluts wird plötzlich gehemmt, es stockt in der Gegend des Herzens und der Lunge, — daher die peinliche Engbrüstigkeit, Verlust der Sprache, Blässe der Lippen und des Gesichts ꝛc. ꝛc. Dabey bleibt es aber nicht. Es entstehen oft Zerreissungen der Blutgefäße, —

tödt-

tödtliche Blutflüsse, oder Unterdrükkung der Gewohnten. Selbst die Schweißlöcher werden zusammengezogen, die Haare stehen empor, und man hat sogar die merkwürdige Erfahrung gemacht, daß sie durch die Würkung eines heftigen Schrekkens in kurzer Zeit ihre Farbe veränderten, und grau wurden. — Und wie gros die schlimme Würkung des Schrekkens auf Schwangere besonders ist, werden Sie aus folgenden Beyspielen sehen. Herr Tralles erzählt von einer Frau, die durch Mäuse, welche ihr im Schlafe über das Gesicht liefen, so erschreckt wurde, daß sie ein schwaches, epileptisches Kind gebahr; und von einer andern, die wegen einem unvermutheten Musquetenschuß so erschrack, daß sie nach wenig Tagen ein todtes Kind zur Welt brachte. Und Schenk beklagt den Tod seiner Gattin, die sonst so gesund und stark, in den letzter Monaten ihrer Schwangerschaft, von der Höhe ihres Hauses, die in der Nähe entstandene Feuersbrunst, und die durch die Luft fliegende Funken sahe, und darüber so erschrack, daß sie einen heftigen Anfall von der fallenden Sucht bekam, der sie innerhalb zwölf Stunden, nebst ihrer Frucht des Lebens beraubte. Ich sage Ihnen dies alles meine v. L.! damit Sie bey dergleichen Gelegenheiten recht hübsch auf Ihrer Huth sind; und sich nicht zu sehr von Ihren Af-

fecten

fecten hinreissen lassen! — Wie vorsichtig man übrigens in Erzählung schreckhafter Vorfälle bey Schwangern seyn muß, welche man Ihnen zwar nie hinterbringen sollte; und wie strafbar es ist, Schwangern oder Kindbetterinnen einen muthwilligen Schrekken einzujagen, mögen folgende zwey Geschichten beweisen. Herr Baron van Swieten erzählt von einer Schwangern, daß solche ruhig schlief, als es in ihrer Nachbarschaft brannte, ihre sorgfältige Mutter wünschte ihr des Morgens Glück, daß ein süsser Schlaf sie vor allem Schrecken beschützt hätte. Sogleich fieng die Armselige an, am ganzen Leibe zu zittern, es erfolgte ein jäher Blutsturz, Mißgebähren, Ohnmachten und Zittern, wovon jedoch die Mutter mit äusserster Gefahr gerettet wurde. — Die zweite Geschichte hat Salmuth von der Gattin des Leibarztes eines Fürsten zu Anhalt aufgezeichnet. Diese lies gegen die Nacht ihr Kind saugen. Einige Frauenzimmer, die aus einer Gesellschaft nach Hause giengen, klopften zum Scherz heftig an die Fenster und die Thüre an. Dies erschreckte die Kindbetterinn so sehr, daß sie am ganzen Leibe zu zittern anfieng, und plötzlich einen Blutfluß aus der Mutter bekam, der ein ganzes Jahr hindurch anhielt und so heftig war, daß das Blut durch die Betten drang, und sie endlich davon starb.

Die Würkungen des Zorns sind der Gesundheit, und besonders einer Schwangern nicht weniger nachtheilig. Das schönste Gesicht wird dadurch entstellt, roth, die Augen funkeln, das Blut stürmt mit einer ausserordentlichen Gewalt durch den Körper, oder es entstehen heftige Krämpfe in den Nerven, und das Gesicht wird blaß, der Athem beengt, die Stimme schwach ꝛc. ꝛc. Und in beyden Fällen sind oft heftige Magenkrämpfe, Coliken, unaufhörliches Brechen und Durchfälle, gefährliche Gallenfieber, Gelbsuchten, Convulsionen, fallende Sucht, Schlagflüsse, tödtliche Verblutungen, Mißfälle und frühzeitige Geburten, die traurigen Folgen dieser Leidenschaft der Schwangern. Fallopius führt die Geschichte einer Frau an, die nach jedem Aerger das Rothlauf im Gesichte bekam; und Herr Lupin sah das Nemliche bey einer Schwangern mit Fieber verbunden, nach einem Zorn entstehen. — Herr van Swieten erzählt eine noch weit fürchterlichere Begebenheit. Ein sonst zanksüchtiges Weib von 30 Jahren, von vollkommener Gesundheit, und von bester Leibesbeschaffenheit, erlitt kurz vor ihrem Ziele durch ihre Nachbarinn, die eines ihrer Kinder geschlagen hatte, einen sehr heftigen Zorn. Sie empfand sogleich etwas Ungewöhnliches in ihrem Leibe, worauf sie ihren baldigen Tod voraussagte. Nach einigen

gen

gen Tagen überfielen Sie ein heftiger Blutsturz aus der Gebährmutter, und die Gichter, unter welchen sie, ehe man ihr zu Hülfe eilen konnte, sterben mußte. Nach Ihrem Tod fand man zwey Kinder, männlichen Geschlechts, todt in der Gebährmutter. Wenn dieses in einem an den Zorn und an Zänkereien so gewöhnten starken Weibe geschehen konnte, sezt Herr van Swieten hinzu, was muß von der nemlichen Ursache bei empfindlichen Müttern geschehen? — Und Herr Tissot merkt an, daß eine Frau, in zwei Jahren viermal zu frühe niedergekommen sey, und zwar alle Zeit zwischen dem dritten und fünften Monat, wenn sie sich erzürnt hatte.

Die Furcht schwächt ausserordentlich die Kräfte des Herzens, sie macht den Pulsschlag langsamer, das Athemholen beschwerlicher, erschlafft den ganzen Körper, unterdrükt die so nöthige Ausdünstung durch die Haut, und vermehrt hingegen die Einsaugung. Daher werden furchtsame Personen, nach der Erfahrung der grösten Aerzte, viel leichter von herrschenden gefährlichen Krankheiten angesteckt, als andere, die sich nicht fürchten, und keinen Ekel haben. Sie sehen wie wichtig diese Erinnerung, und ein geseztes standhaftes Betragen für Sie ist, wenn Sie allenfalls in die

Noth-

Nothwendigkeit versezt sind, Kranke besuchen zu müssen. Haben Sie Abscheu, fürchten Sie sich angestekt zu werden, so gebe ich Ihnen den Rath, lieber solche Orte ganz zu meiden, wo Sie dieser Gefahr ausgesezt seyn könnten. Die Einbildung und oben angeführte Umstände würken in diesem Stücke ausserordentlich stark. — Aber lassen Sie sich auch nicht zu sehr von einer ungegründeten Furcht beherrschen, die oft ganz gleichgültige Dinge, in würklich gefährliche und schädliche verwandeln kann. Ich will, um Sie noch mehr davon zu überzeugen, nur einige Beispiele dieser Art anführen, Falconet erzählt die Geschichte einer Frau, sagt Herr Zimmermann, die sich aus Furcht die Pokken plötzlich zuzog, indem sie in der Kirche eine andere Frau sah, die rothe Flekken im Gesicht hatte, und glaubte, diese Flekken seyen eine Folge der Pokken, indessen hatte jene geflekte Frau nicht die Pokken, sondern etwas Scharbokkiges im Blut; aber die Furcht öffnete bei dieser die einsaugenden Gefässe der Haut, und vielleicht faßten diese in der Luft die anstekkenden Theile der Pokken. — Noch ganz neulich, fährt Herr Zimmermann fort, kam der Sohn eines würdigen Geistlichen, ein jünger liebenswürdiger Herr, von einem zärtlichen Temperament, in das Zimmer

mer

mer eines an dem Friesel Verstorbenen; er griff den Leichnam bei einer Hand an, seine gegenwärtige Freunde sagten ihm, seine Zärtlichkeit auf die Probe zu setzen: jetzt habe er sich den Friesel zugezogen; nach ein paar Tagen hatte er den Friesel würklich, mit allen in demselben gewöhnlichen Zufällen. — Und Willis hat sehr wohl gesagt, daß diejenigen welche die Pokken am meisten verabscheuen, dieselben am ersten und geschwindesten bekommen. — Der Freiherr van Swieten sah aus bloser Furcht, bei einer sonst gesunden Weibsperson, eine unauflösliche Geschwulst entstehen. Herr Tissot erzählt von einer Frau, die durch die Furcht, welche Sie bei einer Wasserfahrt erlitten hatte, in einigen Minuten schon gelbsüchtig wurde, und es länger als ein halbes Jahr blieb. Und Herr Leake hat beobachtet, daß ein Frauenzimmer von 21 Jahren, das einen zärtlichen Körper hatte, im siebenden Monat ihrer Schwangerschaft, von einem Durchfall überfallen wurde, der nach einer heftigen Angst entstanden war. Er dauerte bis in die Hälfte des achten Monats fort, wo er ruhrartig wurde. Wie viel gefährlichere Folgen aber noch die Furcht und Angst, auf das Gemüth der Schwangern, und Kindbetterinnen haben kann, wenn sie lange anhält,

hält, oder oft erneuert wird, sieht man sehr deutlich aus dem, was der verdienstvolle Herr Hofrath Frank in seiner medicinischen Policey, bey der Gelegenheit anführt, wo er von der Gewohnheit, Verstorbene unter beständigem Läuten zu begraben, spricht. Vor mehrern Jahren sagt er: herrschte zu Speyer ein bösartiges Kindbettfieber, welches in kurzer Zeit viele Wöchnerinnen an dem Friesel, und andern Ausschlägen sterben machte. Täglich wurde für eine Kindbetterinn die Glocke angezogen. Es ist unglaublich, mit welch einem Schrekken sich alle Schwangere ihrem Ziel näher kommen sahen: die geringste Unpäßlichkeit veränderte sich bey jeder Kindbetterinn, sobald sie nur die fatale Glokke hörte, in die schlimmsten Zufälle, und man hörte sie sich selbst den Tod ankündigen, wenn kaum eine Krankheit anfieng; wobey die Erfüllung ihres Ausspruchs nur zu oft eintrat."

Die angenehmen Leidenschaften sind nicht weniger von übeln Würkungen und Folgen begleitet, wenn sie die gehörigen Grenzen überschreiten, oder zu schnell mit unangenehmen abwechseln. Selbst die Freude, wenn sie zu gros, zu heftig auf einmal ist, kann tödtlich werden — und ist es eher als allzugrose Traurigkeit; doch aber zum Glück nicht sehr oft. Entweder wird das Blut auf einmal in eine zu stürmende Bewe-

gung gesetzt, oder durch die Würkung der Nerven plötzlich gehemmt. Auch hier fehlt es nicht an Beyspielen. So starben zwey Römische Frauen für Freude, die ihre Söhne unerwartet aus der Schlacht zurük kommen sahen. — Eine vornehme Familie in Holland war in Armuth gerathen, der älteste Bruder gieng nach Ostindien, schwang sich empor, und lies seine bedrängte Schwester zu sich kommen; sie kam, er zeigte ihr die Kostbarkeiten, die er ihr schenken wollte, sie sah dies, erstarrte, und — starb. Die Nichte des Herrn von **Leibnitz**, eines Pfarrers Frau, vermuthete nicht, daß ein Weltweiser Geld hinterlassen könne; aber sie fand nach dem Tod des Herrn von Leibnitz, 60000. Dukaten in einer Kiste unter seinem Bette, und starb bey dem ersten Anblick dieser Dukaten. Man sieht hieraus, wie nöthig es selbst bey Hinterbringung frölicher Bothschaften ist, recht vorsichtig bey Schwangern zu seyn. —

Nun muß ich Ihnen aber auch meinem Versprechen gemäs, etwas weniges von dem Verhalten und den Mitteln sagen, den übeln Folgen der bisher abgehandelten Leidenschaften vorzubeugen. Ich schweige mit Fleiß von den übrigen Gemüthsbewegungen, weil ich glaube, daß Sie sich selbst leicht aus dem bisher Gesagten, die Würkungen derselben erklären können. Der

Zorn

Zorn und Aerger verdient unsere vorzüglichste Aufmerksamkeit. — Haben Sie sich erzürnt, welches zwar von Rechtswegen nie geschehen sollte, spüren Sie wohl gar schon einige der übeln Folgen, deren ich oben erwähnte; so nehmen Sie etwas Citronensaft in Thee, wenn die Wallung des Bluts zu stark ist. Hat sich diese darauf gelegt, so trinken Sie zu jedem Schopfen Wasser einen Eßlöffel voll präparirten Weinstein und Zukker, bis einige gelinde Abführungen erfolgen. Dadurch geht die Galle aus dem Magen und den Gedärmen mit fort, kann nicht ins Blut dringen, und keine Gelbsucht, Gallenfieber und noch schlimmere Zufälle verursachen. — War die Alteration sehr heftig, so muß der Arzt weiter rathen, und ehe er dies gethan hat, lassen Sie ums Himmels willen! ja nicht für sich zur Ader; weil sonst die Galle ins Blut übergeht, und Ihnen leicht Gelbsucht, Faulfieber rc. rc. zuziehen, und so Gesundheit und Schönheit zugleich verderben kann. Denn Aderlassen mitten im Aerger oder sogleich nach dem Zorn, ist allerdings jedesmal im Stande, diesen Schaden gewiß, oder noch einen weit grössern zu verursachen. Ich kann Ihnen dies nicht ernstlich genug vortragen, selbst die Rhabarber ist vollblütigen Schwangern alsdann nicht so dienlich, wie der temperirende, präparirte Weinstein.

Sollten Sie unvermuthet heftig erschrekken; so lassen Sie Ihren Arzt holen. Er wird Ihnen die kräftigsten Mittel rathen, die allein Ihrer besondern Leibesconstitution anpassen, und den drohenden Folgen des Schrekkens vorzubeugen im Stande sind. Fassen Sie indessen, nachdem Sie sich vom ersten Eindruck dieser gefährlichen Leidenschaft erholet haben, alle Ihre Verstandskräfte und Herzhaftigkeit zusammen, und trinken Sie einige Tassen Hollunderblüththee mit Citronensaft und Zukker. Schrekken zog die Gefässe zusammen wie Erkältung, und muß auch so behandelt werden. Dann suchen Sie sich durch Spazierengehen, Fahren, Comödie, Concerte, besonders aber durch Unterhaltungen mit den verständigsten und geistreichsten Ihrer Freundinnen zu zerstreuen. Dies, und der Rath Ihres Arztes, der wissen wird, wie man durch gehörige Mittel und Erweckung einer angenehmen lebhaften Empfindung, die unangenehmen schwächt und unschädlich macht, wird allen schlimmen Folgen so viel möglich vorbeugen. — Gleichen Rath muß ich Ihnen gegen die Traurigkeit geben, ausserdem was ich schon wider ihre schädliche Eindrükke empfahl; da sie indessen langsamer würkt wie der Schrekken; so wird Ihr Arzt, und andere verständige und erfahrne Freunde und Freundinnen, dieselbe schon zu schwächen, und nach und nach in Zufrie-

denheit

denheit zu verwandeln suchen. — Gegen die übeln Folgen der Furcht dient ebenfalls, was ich gegen die Schädlichkeit des Schrekkens und der Traurigkeit anrieth. Einige Tassen Thee mit Citronensaft und etwas Wein, sollten wohl in diesem Falle mit Nutzen angerathen werden können.

Gegen die übeln Würkungen einer zu grosen Freude hätte ich wohl nicht nöthig, Mittel vorzuschlagen, da sie in dieser, mit so vielen minder frohen Ereignissen geplagten Welt, selten so stark und heftig ist, daß sie grosen Schaden bringen kann. — Wallt indessen auf eine frohe Bothschaft das Blut zu sehr, klopft das Herz zu stark, blutet wohl gar die Nase, werden Rückschmerzen und Drängen nach dem Unterleib empfunden; so muß entweder etwas Citronensaft und Zukker, in Wasser getrunken, oder ein Eßlöffel voll Himbeerensaft in jedem Schopfen Wasser genossen, und am Arme Ader gelassen werden. Doch ist es möglich den Arzt bald zu haben; so ist es am sichersten, dessen Rath auch in diesem Falle zu befolgen. —

Mein Plan erfordert, hier etwas von den Würkungen der Einbildungskraft der Schwangern auf die Leibesfrucht, und den Misgeburten und Muttermählern 2c. 2c. zu sagen. Es ist der Ort nicht, eine weitläufige, gelehrte Abhandlung von diesem ergiebigen Stoffe zu schreiben,

und ich werde überhaupt kurz seyn, weil in der ganzen Sache noch sehr wenig entschieden ist. So viel ist zwar gewiß, man geht auf beyden Seiten zu weit, wenn man alles verwirft, oder alles annimmt. — Sehr viele Kinder kommen mit Flekken, sogenannten Muttermählern oder sonstigen Fehlern zur Welt. Die geschäftige Einbildungskraft der Mutter findet nun nach der Geburt in diesen sogenannten Muttermählern eine Aehnlichkeit mit gewissen Dingen, die ihr während der Schwangerschaft besonders auffielen, und denen sie nun die Entstehung derselben zuschreibt. Das Gerücht ist dabey auch nicht wenig geschäftig; es vergrössert die Geschichte immer mehr, wie Gellerts Schwätzerin; und nun entstehen daraus oft fürchterliche Mißgeburten. — Weit wichtiger aber ist, was hier die Erfahrung lehrt, daß nemlich der fehlerhafte Bau der Gebährmutter, oder äussere Gewaltthätigkeiten, sehr viel zur Entstehung der sogenannten Mißgeburten oder übelgestalteten Kinder beytragen. Denn, wenn es ihnen an hinlänglichem Raum, sich nach allen Seiten gehörig auszudehnen fehlt, wenn dadurch ihr Wachsthum auf irgend eine Art gehindert wird, so müssen Sie natürlicherweise mangelhafte, oder ungestaltete Glieder bekommen. Und glauben Sie mir meine v. Leserinnen! die herrlichen Geschichtgen von Hunden-

Katzen-

Katzen- oder Affen-ähnlichen Geburten, die Ihnen so fürchterlich scheinen, sind nichts als eitel Mährchen! Fürchten Sie sich nicht davor, die Natur macht keine so abscheuliche Sprünge, als der menschliche Verstand, oder vielmehr die Einbildungskraft. — Dem sey nun aber wie ihm wolle, mag die Einbildungskraft bey Entstehung der sogenannten Mißgeburten und Muttermähler, viel, wenig, oder nichts würken; so ist Ihnen doch immer der heftige Affekt sehr schädlich, der Sie beherrscht, wenn Ihre Einbildungskraft durch irgend einen schrecklichen, oder unangenehmen Gegenstand beunruhigt und gereizt wird. Denn Sie wissen aus dem Vorhergehenden, daß Ihnen Furcht, Schrekken, Entsetzen und Abscheu, überhaupt jede heftige Leidenschaft, gefährliche Blutflüsse, selbst eine frühzeitige Niederkunft und andere Uebel verursachen können, ohne gerade Muttermähler und Mißgeburten mit doppelten Köpfen und Aermen hervorbringen zu müssen. Der Schade, den Sie und Ihre Leibesfrucht bey dergleichen Auftritten an der Gesundheit leiden, und nicht blos die Muttermähler, sind das, was Ihre Aufmerksamkeit verdient. Sie sehen hieraus, wie nöthig es ist, daß Sie, wie schon gesagt worden ist, und nicht genug gesagt werden kann: alle die Orte sorgfältig meiden, wo Sie sich einer solchen Gefahr

aussetzen; oder welches noch viel nöthiger ist, daß Sie, da Ihnen unvermuthet etwas Schreckhaftes begegnen kann, immer auf Ihrer Huth sind, Ihre Vernunft gebrauchen, und sich nie zu sehr von dem dadurch rege gemachten Affekt beherrschen lassen. Ein gesetztes standhaftes Betragen kann hier ausserordentlich viel, und fast alles thun; denn es ist eine ausgemachte Wahrheit: je geringer unter sonst gleichen Umständen der Eindruck ist, den ein Furchterregender Gegenstand auf Sie macht; desto geringer werden auch die übeln Würkungen seyn, die er bey Ihnen hervorbringt: und der würdige Herr Hofrath Starke, der mir verzeihen wird, daß ich noch diesen hübschen Gedanken von ihm borge, sagt so schön, als passend: Mein bestes Verwahrungsmittel gegen die Muttermähler ist: dem weiblichen Geschlecht zu sagen, wie unzulänglich, wie ungewiß, wie unwahrscheinlich die Sache sey — und wie wenig Sie sich zu fürchten haben. Ist Furcht, Zittern, Angst, Beben für die Sache weg, so würkt alsdann der Eindruck, wenig oder gar nicht, denn die Sicherheit schützt sie für der Gefahr.

Noch muß ich zum Beschluß dieses Abschnitts etwas mit wenigen Worten berühren, dessen Mißbrauch unter gewissen Umständen, die nachtheiligsten Folgen auf Ihre Gesundheit, und die Ihrer Leibesfrucht haben kann, und das daher

nicht

nicht weniger Ihre Aufmerksamkeit verdient. Sie werden mich verstehen meine s. Leserinnen! daß ich hier die allzuofte, zu feurige eheliche Umarmungen meyne. Doch erröthen Sie nicht! Ich will sie nicht verlegen machen, sondern alte erfahrne Aerzte für mich sprechen lassen. „Die „ehelichen Umarmungen können das monatliche „Geblüt hervorlocken, und wenn die Mutter „eben nicht vollblütig ist, so kann sie dadurch „dem Kinde das zur Ernährung nöthige Blut „entziehen. Allein wenn das auch nicht wäre, „so entspringen andere Uebel daraus. Die „Aerzte unterstehen sich zu behaupten, daß das „Kind ein wollüstiges und geiles Temperament „und einen mit scharfen Säften erfüllten Körper bekomme; wenn seine Mutter während „der Schwangerschaft oft das thut, was geschehen mußte, als es werden sollte. Sie „gehen noch weiter und versichern, daß „derselbe Schaden auch sogar von der „öftern heftigen Sehnsucht zur ehelichen „Umarmung entstehe. Was in diesen Verlegenheiten das Beste sey, fährt unser Herr „Autor fort, muß die Vernunft sagen. Kann „diese nicht Herr über die Sinne werden, so „ist es besser seine Begierden zu sättigen, als „bey doch einmal erregten Veränderungen des „Körpers, das Uebel ärger zu machen. Denn

„ wenn ein Affect einmal da ist, so ist es der „ Gesundheit zuträglicher, ihm den freyen Lauf „ zu lassen; Wenn man ihn aber plötzlich unter- „ drückt, so ist der Schaden allemal gröser," — So spricht Herr Zückert schon vor vielen Jahren in einem Buch, das eigentlich auch zum Unterricht für das schöne Geschlecht bestimmt war, das aber leider! die wenigsten meiner Leserinnen kennen werden. Ich führe dies nur zu meiner Rechtfertigung an, damit Sie mich keines Fehlers gegen die weibliche Delikatesse beschuldigen, die mir immer, so wie jedem andern Arzte, heilig seyn muß. — Ob Herr Zückert völlig Recht hat, wage ich nicht zu entscheiden; so viel weiß ich aber, daß sich vieles dabey erinnern liesse, und daß vorzüglich die Folgen des Mißbrauchs dieser Sache, unter gewissen Umständen, weit ernsthafter und gefährlicher werden können, als sie Herr Zückert angegeben hat; denn viele Schriftsteller wollen, Blutflüsse, Mondkälber, Mißfälle und unzeitige Geburten daher entstehen gesehen haben. Vorzüglich ist Enthaltsamkeit im Anfange, und im dritten, vierten Monate der Schwangerschaft nöthig; wenn Frauenzimmer sehr schwächlich und reizbar sind, oder wohl gar schon Mißfälle gehabt haben. Ich werde auch dieses durch Beyspiele zu beweisen suchen. Klinkosch berichtet, sagt Herr Frank, daß er einer

Frau,

Frau, die schon fünfmal zu früh niedergekommen war, ohne daß alle Kunst im Stand gewesen wäre, diese Anlage zu verbessern; weil sowol Sie, als Ihr Ehemann, auch während der Schwangerschaft, ihrem etwas feurigen Temperamente (zu sehr!) nachlebten, dadurch geholfen, daß er ihr angerathen, sie sollte sich auf den geringsten Verdacht einer abermaligen Schwangerschaft, — bis nach der Entbindung des ehelichen Umgangs enthalten. Da der Ehemann diese Kur einwilligte; so sey sie bald eine fröhliche Mutter drey wohlausgetragener Kinder geworden. — Es ist kaum zu glauben, fährt dieser Gelehrte fort, wie viel ein schwaches und zärtliches Kind bey dieser Gelegenheit zu leiden hat. Da die Leibesfrucht in den ersten Monaten aus sehr weichen, zertrennlichen Fasern bestehet; so ist kein Wunder, wenn sie dadurch, bald zernichtet und abgetrieben, bald unzeitig, halb todt, übel gestaltet, oder mit immer anklebenden Fehlern des Gehirns, auf die Welt gebracht wird. Und Herr Ritter **Zimmermann** sagt, die bey uns so häufigen unzeitigen Geburten haben mehrentheils keine andere Ursache. — Wenn schon ein übermäßiger Beischlaf nicht die Ursache der ersten unzeitigen Geburt ist; (welches doch auch manchmal, unter obigen Bedingungen möglich ist;) so kann doch der Neigung zu

fernern

fernern Unglücken, niemals abgeholfen werden, wenn sich die einmal schwangere Frau, desselben nicht enthält. Es wiederfährt auch, sagt dieser verdienstvolle Gelehrte ferner, daß die Frauen oft empfangen, ehe die Mutter von den Folgen einer unzeitigen Geburt recht gereinigt ist, daher dann mehrentheils durch den Reitz des zurückbleibenden Stoffs, auch das Kind mit weggeht. — Sie müssen sich also unumgänglich, vor einer allzufrühen Empfängniß, nach einer unzeitigen Geburt hüten, und sich von dem Arzt erst völlig curiren lassen, wenn Sie nicht immer von neuem in das nemliche Unglück verfallen, und unzeitige Kinder, und Mondkälber auf die Welt bringen wollen. — Daß alles dies, vorzüglich das Leztere, besonders diejenigen meiner L. angeht, die schon mehrmalen unglüklich gewesen sind, brauche ich wohl nicht noch einmal zu erinnern!

Zehnter Abschnitt.

Von der Reinlichkeit.

Dieser Abschnitt scheint nun freilich beim ersten Anblik nicht so eigentlich hierher zu gehören; doch muß ich meinem Plan gemäs, etwas Weniges davon sagen, und ich hoffe, es wird meine v. L. gewiß nicht gereuen, auch diese wenige Seiten gelesen zu haben. — Schon die ältesten Völker haben die Reinlichkeit — und gewiß mit allem Recht — unter die Halbtugenden versezt. Homer, der Meistersänger Griechenlands, lies jederzeit seine Helden und Schönen sich früh vor einem Opfer, vor Tische, oder abends baden, waschen, und recht sauber kleiden. Beim Nestor brachten die Herolde nach Tisch wieder Wasser zum Händewaschen, worauf ein Opfer angestellt wurde. Und wenn man einem recht viel Ehre anthun wollte; so wurde das Wasser durch schöne Mädchen, oder gar durch die Töchter im Hause gebracht. — Wie anziehend und empfehlend, ist schon die Reinlichkeit an sich, und wie gros ihr Einfluß, auf Gesundheit und Schönheit! Gewiß, wenn je eine gute Eigenschaft durch

sich

sich selbst belohnt wird; so ist es diese. — Wir sehen schon in der ganzen Natur: daß diejenigen Bäume und Pflanzen gewöhnlich am besten gedeihen, denen es nicht an Pflege und Wartung fehlt. — Und sollte man nicht, mit allem Recht, das Nemliche in Ansehung der Menschen hoffen und sagen können? Ich enthalte mich, mehr von der Nothwendigkeit dieser schönen, nachahmungswürdigen Eigenschaft zu sagen, da ich nicht gern weitläuftig seyn mögte, und im voraus überzeugt zu seyn glaube, daß die meisten meiner L. diese Tugend, besitzen, und in deren Ausübung ein süses Vergnügen finden. — Andere aber die noch nicht überzeugt sind, daß die Reinlichkeit würklich so vieles zur Verschönerung des Körpers und zur Erhaltung der Gesundheit beiträgt, können mir einstweilen auf mein Wort glauben; denn ich gebe Ihnen die gewisse Versicherung, daß sie Ihre Folgsamkeit in diesem Punkt, nie gereuen wird. — Doch, es wird allerdings nöthig seyn, daß wir diese Materie ein wenig genauer miteinander durchgehen. Das erste und wichtigste was sich uns in dieser Absicht darbietet ist — die Luft; da ich aber schon in einem der vorigen Abschnitte von dem Einfluß derselben auf Ihre Gesundheit gesprochen habe, so berufe ich mich jetzo darauf, denn

hier

hier gilt alles, was ich dort von der reinen Luft sagte. —

Das waschen des Gesichts und des Körpers, vorzüglich mit kaltem wasser, trägt ausserordentlich viel zur Erhaltung der Gesundheit und Schönheit bei. Es nimmt den Schmutz weg, und vermehrt die so nöthige unmerkliche Ausdünstung durch die Haut. Ich weis nicht, warum sich viele Frauenzimmer so sehr vor dem kalten Wasser fürchten. — Vermuthlich geschieht dieses aber aus Furcht, daß es Ihrer Schönheit nachtheilig seyn möchte. Wie froh bin ich, daß ich Ihnen auch diese Furcht benehmen, und Sie versichern kann, daß die lobenswürdige Gewohnheit, sich mit kaltem Wasser zu waschen, im Gegentheil sehr viel zur Erhaltung Ihrer Schönheit beiträgt; indem es den ganzen Körper stärkt, Sie vorzüglich vor Flüssen bewahrt, und gesund erhält. Daß übrigens alles dies mit einiger Einschränkung zu verstehen ist, daß man sich nie bei erhiztem Körper kalt waschen, oder überhaupt auf einmal plözlich daran gewöhnen darf, wenn man es vorher nicht gewohnt war, versteht sich von selbst. Diese Vorsicht gilt besonders von dem so gewöhnlichen Waschen der Hände und des Gesichts, wenn Sie sehr schwizzen, und sich erhizt haben. Die Folgen scheinen

zwar

zwar ziemlich unbedeutend, aber sie sind nichts weniger als dies; denn durch die schnelle Würkung der Kälte, stokken die Säfte in den kleinsten Gefäschen, und viele bekommen Pokken, Ausschläge im Gesicht, Gicht, steife Gelenke u. s. w. davon. Eine zu grose Strafe, für eine so geringe scheinbare Gutthat. Das Nämliche gilt von kalten Bädern und solchen Fußbädern bei dieser Gelegenheit. Wasser im Tanzen auf die Brust oder in Busen schütten, wenn der Körper sehr erhizt ist, ist noch weit gefährlicher — und diese Unvorsichtigkeit hat schon viele getödet, und bey manchen Blutspeyen, Husten, Lungensucht, und eine sehr hartnäkigte Heiserkeit erregt.

Weil wir doch so eben am Gesicht waren, ein Wörtchen vom Schminken! zwar nichts ganz Neues — aber doch wenigstens etwas Gutgemeyntes und Wahres! Vom Schminken überhaupt weitläufig zu handeln, wäre der Ort hier nicht. Es ist ja schon so viel darwider geschrieben worden! — Das Moralische dieser Gewohnheit zu bestimmen — gehört nicht für den Arzt. So viel glaube ich aber doch mit Herrn **Weikard**: daß es eben so wenig und so viel Tadel verdient, als bei uns Mannspersonen das Pudern der Haare. Beides geschieht, und das Leztere, ich will gerade nicht

sagen,

sagen, immer zur Verschönerung des Körpers, doch wenigstens weil es Mode ist, und um nicht ausgezeichnet zu seyn. Wir können also mit Recht dem Frauenzimmer in diesem Stükke nicht gar viel vorwerfen; und nur der daraus entspringende grösere oder geringere Schaden, in Absicht auf die Gesundheit, darf in Anschlag gebracht werden. — Ich glaube daher, daß es genug seyn wird, Sie zu erinnern; daß der Gebrauch der rothen und weissen Schminke, immer mehr oder weniger, der Gesundheit und Schönheit nachtheilig zu seyn im Stande ist, indem er die Schweislöcher zusammenzieht, verstopft, und die Ursache vieler im Gesichte entstehender Ausschläge und Krankheiten der Augen werden kann.

Von der vernachläßigten Abwechselung der Kleidungsstükke, vorzüglich des Weiszeugs, und derjenigen Rökke, die nahe am Leibe getragen werden, kann auch sehr viel Nachtheil für die Gesundheit entstehen. Personen, die corpulent sind, und viel schwitzen, haben besonders nöthig, Rücksicht darauf zu nehmen. Der Schweis wird sonst dadurch immer heftiger, die ausgedünsteten Theilchen werden schärfer, und können daher, weil viel davon wieder eingesogen wird und in den Körper kommt, die andern Säfte auch anstecken, und Jukken, Bren-

nen, allerley Ausschläge, und noch grösere Uebel verursachen.

Von der nöthigen Vorsicht in Ansehung der kupfernen und zinnernen Gefäße habe ich schon anderstwo das Wichtigste erinnert. Auf die Reinlichkeit der zum Essen und Trinken erforderlichen Geschirre kommt allerdings auch nicht wenig an. Alte Unsauberkeit wird faulend, bekommt Schimmel, und hierdurch können Speisen und Getränke sehr schädlich werden. Ich habe einstens gelesen, sagt der verdienstvolle Herr Hofrath **Weikard**: daß in einem Hause, Eins nach dem Andern eine schlimme Krankheit bekam. Die Ursache soll in einem unreinen Trinkgeschirr, wo der innere obere Ranft voll kleiner Würmchen war, gelegen seyn. — Ich rathe Ihnen deswegen, sich keines undurchsichtigen Gefäßes mit einem Dekkel zum Trinken zu bedienen, weil sich sehr oft Würmchen, und sogar kleine Eidexchen im Wasser befinden, und zum größten Nachtheil der Gesundheit verschluckt werden können, — wie man schon würklich Beyspiele hat. Ich thue nicht zu viel meine schöne Leserinnen! wenn ich Sie auch in Ansehung des Obstes, aus der nemlichen Ursache, vorsichtig zu seyn erinnere. — Selbst Ihre Lieblinge, die Blumen müssen Sie vorher genau besehen, ehe Sie daran riechen. Man hat ein Beyspiel aufgezeichnet, daß ein Mann

durch

durch Unvorsichtigkeit in diesem Punkt, ein Würmchen in die Nase bekam, welches ihm sehr viele Unbequemlichkeiten verursachte. — Das Säubern und Putzen der Zähne, das Ausspühlen des Mundes mit Wässer nach jeder Mahlzeit, trägt nicht wenig zur Erhaltung der Gesundheit bey. Die Glasur der Zähne, wird sehr leicht durch die zurückbleibende Reste der Speisen, die scharf werden, verdorben und angefressen. Da nun aber von der guten Beschaffenheit derselben das Kauen, und von diesem wieder die gute oder übele Verdauung abhängt, — so ist der Schaden schlechter, verdorbener Zähne, und die Nothwendigkeit sie rein zu halten, sehr einleuchtend. Es liese sich überhaupt über diese Materie noch sehr vieles sagen, — doch ich fürchte weitläufig zu werden, — und da ich schon ein wenig weit ausgeholt, und vielleicht manches gesagt habe, das eigentlich nicht so ganz genau zu meinem Plan gehörte; so will ich diesen Abschnitt, mit einer Abbitte an alle diejenigen meiner Leserinnen schliesen, die schon lange wußten und ausübten, was ich Sie hier erst lehren wollte! —

Eilfter Abschnitt.

Vom Besuchen öffentlicher Orte ꝛc. ꝛc. und der Lectüre der Schwangern.

Das Besuchen öffentlicher Orte, kann in mehr als einer Rücksicht schädlich für Schwangere werden, und verdient daher alle ihre Aufmerksamkeit. Es giebt deren einige, die Sie nur unter gewisser Einschränkung besuchen dürfen, und andere, die Sie gänzlich meiden müssen. Daß ich hier von Schwangern rede, die nicht ganz nahe am Ziele sind, und noch ausgehen können, darf ich wohl nicht erinnern; denn jenen würde ich schlechterdings keinen öffentlichen Ort zu besuchen erlauben, wo Ihnen Zufälle zustossen könnten, die Ihnen in Rücksicht des Orts doppelt beschwerlich, schädlich, und den Anwesenden anstößig seyn müßten. — So lobenswürdig an sich das Kirchengehen ist — so sollten doch schwangere Frauenspersonen dieselbe in der letzten Zeit Ihrer Tracht, besonders im Winter, obenberührter Ursachen wegen, nicht besuchen, sondern dann die Hausandacht vorziehen. Ausser der Gefahr, der Sie sich des Stossens und Fallens halber aussetzen, sagt Herr Frank, ist

Ihnen die Kälte des Orts noch sehr schädlich, indem sie Ihnen wilde Wehen, Krämpfe, Blutflüsse verursachen, und selbst die Niederkunft erschweren und gefährlicher machen kann. *)

Das Besuchen anderer Orte, wo es noch überdies etwas unordentlich hergeht, ist mit doppelter Gefahr für Schwangere verbunden. Denn ohne des würklich grosen Schadens zu gedenken, den Sie sich bey öffentlichen Gelegenheiten im Gewühl und Gedränge, durch Stossen, Fallen und Drükken zuziehen können; so ist schon an sich die eingeschlossene Luft, wo sich viele Menschen befinden, für Sie nicht dienlich, und sogar im Stande, Ihnen Uebelkeiten, Ohnmachten, und noch weit bedenklichere Zufälle zu verursachen; ausserdem aber können unvorhergesehene

*) Nicht minder schädlich kann das Kirchengehen auch den Wöchnerinen unter gewissen Umständen werden, besonders wenn sie sich lange darinn aufhalten. Es ist nun einmal eine hergebrachte Gewohnheit: Daß der erste Ausgang in die Kirche geschehen muß. Hierbey wird aber selten Rücksicht auf Jahrszeit und Witterung genommen, und manche Kindbetterinn hat daher schon die Ausübung dieser Gewohnheit mit ihrer Gesundheit, oder wohl gar mit ihrem Leben bezahlen müssen.

sehene schrekhafte Auftritte vorfallen, die den gefährlichsten Einfluß auf Sie, und Ihre zarte Leibesfrucht haben müssen. — Werden Sie mir daher verzeihen, wenn ich hier, unter die erste Classe der für Sie gefährlichen und von Rechtswegen verbotenen Lustbarkeiten, die Bälle Masqueraden und Schlittenfahrten rechne? — Daß Sie bey allen dergleichen Gelegenheiten durch Erhitzen, Erkälten, Stossen und Fallen, leicht sich und Ihrer Leibesfrucht Schaden zufügen können, habe ich Ihnen schon in einem der vorigen Abschnitte gesagt, wo ich Ihnen sogar ein Menuetchen zu tanzen erlaubte. Ja! ich muß es gestehen, fast reuet mich meine Nachgiebigkeit, aus Furcht, Sie mögten meine Erlaubniß mißbrauchen, und sich gar zu sehr vom Tanzen hinreissen lassen! — Was können Sie daher Besseres thun, meine v. L.! als wenn Sie alle die Gelegenheiten vermeiden, wo Sie zum Nachtheil Ihrer Gesundheit, in diesem Punkt zu sündigen verleitet werden könnten? Es ist bekanntlich weit leichter, eine Versuchung zu vermeiden, als ihr, wenn sie einmal in ihrer ganzen Macht auf uns würkt, zu widerstehen. Dies mag Ihnen nun freylich wohl ein wenig leid thun; indessen, diese Ueberwindung wird Sie doch nicht so viel kosten, als wenn Sie einer solchen Lustbarkeit beywohnen, sie mit ansehen müssen, und nicht

so recht von Herzensgrunde Theil daran nehmen dürfen.

Die Seiltänzer- und Luftspringereyen gehören auch unter diejenigen Spektakels, die Schwangere von Rechtswegen ganz meiden sollten. Denn ausser der nemlichen Gefahr, wie bey allen öffentlichen Gelegenheiten, werden hier so widernatürliche Stellungen und Bewegungen des Körpers vorgenommen, und es geschehen oft so gefährliche Sprünge, daß sie Schwangere selten ohne Schrekken und Gefahr sehen können. — Ich glaube zwar nicht, daß viele meiner L. Geschmack an Bären- und Affentänzen finden, doch weil, wenn man auch dergleichen Spektakel nicht vorsetzlich besucht, sie einem doch manchmal unvermuthet in Weg kommen; so wünschte ich schon allein um der Ursache willen, alle diese Thiere ganz aus unserer Gesellschaft nach ihren Geburtsorten verbannen zu können, weil sie Schwangere leicht erschrekken, und ihre Einbildungskraft mit allerley abentheuerlichen Bildern zu erfüllen im Stande sind.

Die Verordnungen gegen das freye Herumlaufen groser böser Hunde, gegen das Schiessen in und ausser der Neujahrsnacht in der Stadt, die Entfernung Verstümmelter, Fallsüchtiger, und mit andern abscheulichen und Ekel erwekkenden Krankheiten, z. B. mit grosen Krebsschäden,

 heftigen

heftigen und bösen Ausschlägen behafteter Personen, die nie an öffentlichen Orten im Publico erscheinen sollten, gehören mehr in die medicinische Policey. Ich rede hier nur vorzüglich von solchen Gegenständen, die Schwangere, nach Willkühr meistens vermeiden können. Also noch etwas vom Todtenbesehen. — Daß Verstorbene überhaupt, und besonders die der Tod sehr entstellt hat, Leichenöfnungen, grose gefährliche chirurgische Operationen, und noch viel weniger Hinrichtungen verurtheilter Missethäter, aus mehr als einem Grunde, für Schwangere keine Spektakels sind — weiß und glaubt wohl der gröste Theil meiner L. Ich sage daher von dem nachtheiligen Eindruck derselben, auf die Einbildungskraft einer Schwangern nichts, weil ich auch eben so wohl glaube, daß schon eine natürliche Abneigung und Widerwille die meisten meiner L. von dergleichen traurigen und Schrekken erregenden Auftritten abhalten wird.

Gesellschaften, Concerte, Schauspiele, und alle Arten von Zerstreuungen und Zeitverkürzungen, wobey weder der Geist noch der Körper zu sehr in Bewegung gesetzt werden, gehören unter diejenigen Ergötzlichkeiten, die Ihnen unter gewisser Einschränkung bis gegen das Ende Ihrer Schwangerschaft erlaubt sind. Ich sage bis gegen das Ende, ohngefehr des achten

Mo-

Monats derselben; — denn ob es Ihnen gleich auch zu dieser Zeit nicht an hinlänglicher Bewegung fehlen darf; so müssen Sie sich dann doch nie gar zu weit von Hause entfernen, weil vorzüglich junge Weibchen sehr oft in Ihrer Rechnung irren, und überhaupt früher niederkommen können, als Sie gewöhnlich glauben. Ausserdem aber, daß Sie in Rüksicht der Concerte und Schauspiele, die Gefahren sorgfältig zu vermeiden trachten, die überhaupt, wie schon gesagt, mit dem Besuchen öffentlicher Orte für Sie verknüpft sind; so wäre es recht gut wenn Sie in Absicht der leztern, noch eine gewisse Wahl anstellten, und lieber hübsche Lustspiele, Schauspiele und Operetten, als schrekliche, mit vielen überraschenden Scenen, und gräßlichen Mordthaten überladene Trauerspiele besuchten — die immer auf sehr reizbare, mit einer lebhaften Einbildungskraft begabte Schwangere, eben keinen sehr vortheilhaften Eindruk machen können. Von Ihrer Lectüre, und der Wahl der Bücher gilt fast das Nemliche. Ich würde Ihnen immer als Arzt rathen, lieber muntere, den Verstand auf eine angenehme Art beschäftigende Bücher zu lesen, und allen traurigen Geist und Körper schwächenden Romanen, (unter welche Classe die meisten der empfindsamen gehören)

den Abschied ganz zu geben. Sie werden gewiß wenig verlieren, und in manchem Betracht viel dabei gewinnen, wenn Sie mir glauben und folgen. Denn daß dergleichen empfindlende Lectüre Ihre Nerven schwächen, reizbarer machen, und Sie eben deswegen zu vielen hysterischen Zufällen oder Mutterumständen geneigt machen können, ist zwar den Aerzten, aber nicht allen meinen L. bekannt!

Zwölfter Abschnitt.

Von Mißfällen, unzeitigen und frühzeitigen Geburten, deren Ursachen, und dem Verhalten der Schwangern in Rüksicht derselben.

Die Geburtshelfer machen einen Unterschied zwischen Mißfällen, unzeitigen, und frühzeitigen Geburten. Diejenige, welche sich binnen den ersten achtzehn Wochen, oder vier und einem halben Monat nach der Empfängniß, kurz vor Verlauf der Hälfte der Schwangerschaft zutragen, werden insgemein **Mißfälle** Umschläge, oder Abortus genennt. **Unzeitige Geburten** hingegen heisen diejenige, welche sich von der Hälfte der Schwangerschaft an, bis zum siebenden Monat ereignen, und gemeiniglich sechsmonatlich sind. **Frühzeitige Geburten** endlich sind solche, welche sich zwischen dem siebenden und neunten Monat einzustellen pflegen. — Die **Mißfälle** oder **Umschläge** tretten gewöhnlich und am meisten den dritten, vierten Monat, und fast immer um die Zeit ein, wo sonst ausser der Schwangerschaft, die monatliche Reinigung zu erscheinen gewohnt

war.

war. Sie entstehen oft sehr plötzlich, ohne lang vorhergehende Anzeigen; — oft aber zeigen sich einige Tage vorher gewisse Zufälle, wovon ich Sie nachher unterhalten werde. Mißfälle kommen fast immer tod zur Welt. Unzeitige Geburten, besonders die etwas früh eintreten, ebenfalls; oder wenn Sie auch sehr schwache Zeichen des Lebens von sich geben, so sterben Sie doch gewöhnlich bald. Frühzeitig gebohrne Kinder, besonders die kurz vor, oder nach dem siebenden Monat zur Welt kommen, bleiben auch selten am Leben; weil sie noch nicht gehörig ausgebildet, und stark genug sind, — selbst die zum Leben nöthigen Verrichtungen vorzunehmen. — Denn je kürzer die Zeit ist, welche Sie im Mutterleibe zugebracht haben, desto schwächer sind sie — und desto weniger sind die Lungen zum Athemholen geschikt — welches man sehr deutlich an Ihrem kaum hörbaren Schreyen wahrnimmt. Doch hat man auch Beyspiele daß solche Kinder leben geblieben sind. Daß aber Kinder von 7 Monaten ehender leben bleiben als achtmonatliche, ist ein Vorurtheil, das Vernunft und Erfahrung widerlegen; denn je länger sich ein Kind in der Gebährmutter aufhält, je mehr sich dessen Auffenthalt in derselben, der gesezten natürlichen Geburtszeit nähert, desto stärker wird es, und desto ehender bleibt es auch am Leben.

Oft wird statt einer unzeitigen oder frühzeitigen Leibesfrucht, ein unförmlicher Fleischklumpen mit allen Zufällen einer natürlichen Geburt, nur in einem mindern Grade, fortgetrieben. Einen jeden dieser Fleischklumpen oder fremden Körper, nennt man gewöhnlich, aber etwas uneigentlich, ein Mondkalb oder Mola. Er enthält bisweilen, etwas Wasser, Blut, und manchmal selbst eine kleine Leibesfrucht, deren Theile man aber kaum unterscheiden kann. Es werden zum Theil gar wundersame Dinge von ihrer Entstehung im gemeinen Leben erzählt, die aber nichts weniger als in der Natur gegründet sind. Gewöhnlich halten sich dergleichen falsche Bürden aber nicht über den vierten Monat in der Gebährmutter auf, und man nennt dann eine solche Niederkunft fausse couche, oder falsche Niederkunft. Unter diese Rubrike gehören auch die Geburten anderer fremden Körper; und ich bitte hier dasjenige zu wiederhohlen, was ich bei Gelegenheit der Schwangerschaft und deren Zeichen, von den Mondkälbern und ihrer Entstehung gesagt habe. Mehr ist meinen L. davon zu wissen, nicht nöthig. — Manchmal geschiehts aber auch, daß sich ein solches Mondkind, nebst einer lebendigen Leibesfrucht in der Gebährmutter befindet, und daß das erstere weggeht — das Kind aber zur ordentlichen Zeit gebohren

wird. Oefterer noch, werden sie nach der Geburt des Kindes selbst fortgetrieben. Doch die Behandlung dieses Falls gehört nicht hierher. Von Seiten der Hebamme ist grose Vorsicht nöthig, daß sie nicht durch unüberlegte Handgriffe, die Mutter der größten Lebensgefahr aussezt. Doch dies im Vorbeigehen! Ich sprach blos von den sogenannten Mondkälbern, um meinen L. allenfalls eine deutlichere Idee davon beizubringen — denn manche stellen sich Wunder! etwas dabei vor. Sie werden mir also diese kleine Ausschweifung auch hier verzeihen — und ich kehre wieder zur Materie selbst zurük. —

Es giebt sehr viele Frauenzimmer, die auf die geringste Ursache, worauf andere nicht das Mindeste empfinden, gleich Mißfälle bekommen. Viele Weibspersonen wenden im Gegentheil alle nur erdenkliche Mittel auf die sündlichste Weise von der Welt an, ihre Leibesfrucht zu tödten und fortzutreiben, ohne demohngeachtet ihre strafbare Absicht zu erreichen! *) Und wenn fällen hier nicht

*) Daß der Gebrauch abtreibender Mittel nach göttlichen und weltlichen Gesetzen, sündlich und strafbar ist, weis jedermann. Aber wenn solchen unglüklichen Personen, die sich derselben bedienen wollen, auch bekannt wäre, welcher Gefahr sie sich selbst dadurch aussezten, so würden sie es gewiß unterlassen, wenn Ihnen das geringste an

nicht die Soldatenweiber ein, die zu Kriegszeiten, oder auf dem Transport, allen möglichen Ursachen eines Mißfalls, oder einer frühzeitigen Niederkunft ausgesetzt sind, und dennoch zur bestimmten Zeit glüklich niederkommen? Was

muß

an Ihrer Gesundheit und Ihrem Leben gelegen wäre. Dann wenn die disponirende Ursache, das heißt die Geneigtheit zu Mißfällen fehlt; so helfen alle Mittel nichts, und nur die Mutter empfindet die schlimme Würkungen derselben. Ist aber die Neigung zu Umschlägen da, würken die Mittel heftig auf die Gebährmutter, so ist gewöhnlich ein tödtlicher Blutfluß, schneller Tod, oder ein elendes, sieches, kränkliches Leben, das traurige, aber wohlverdiente Loos der Mutter, denn jeder mit Gewalt durch treibende Mittel erregter Mißfall, ist nach Erfahrung der größten Aerzte und Geburtshelfer immer gefährlicher und tödtlicher, als ein natürlicher, das heißt, als ein solcher, der von selbst, oder doch von keinen so gewaltsamen Ursachen entsteht. — Könnte ich doch durch diese Anmerkung, nur eine einzige solche unglükliche Person, die dies Büchelchen mit Vorsatz, oder von ohngefehr in die Hände nimmt, und mit dem unseeligen Gedanken ihre Leibesfrucht abzutreiben oder zu tödten umgeht — von Ihrem gegen Gott, die Natur, und alle menschliche Empfindung streitenden Vorsatz abbringen, — so wollte ich den Augenblik segnen, da ich sie niederschrieb. — Ich

kann

muß die Ursache dieses auffallenden Unterschieds seyn? — Hier fehlt die Disposition oder die Neigung des Körpers zu dergleichen Unglüksfällen. Hier ersezt oft die gütige Natur das an Stärke und Gesundheit, was Ihnen an Bequem-

kann mich nicht enthalten noch eine Anmerkung zu machen und einige hierher passende Gedanken, aus dem gemeinnützigen Magazin, des berühmten Herrn Dr. Rahns zu entlehnen. —

Die meisten Menschen haben insgemein einen sehr irrigen unrichtigen Begriff in Rüksicht der Zeit, wo die Leibesfrucht zu leben anfängt. Sie glauben nur dann ein Kind für lebend halten zu müssen, wenn es sich bewegt, und achten jene kleine Blase, welche in den ersten Wochen oder Monaten abgehet, und in welcher doch schon der kleine Mensch eingehüllt ist, für nichts höher als für einen Klumpen Blut, der mit ihr weggeht — und eine Mutter bekümmert sich nur in soweit, als sie selbst darunter leidet, über den Abgang einer Leibesfrucht vor der Hälfte ihrer Schwangerschaft. — Dies könnte man allenfalls noch einer der Bevölkerung sehr schädlichen Unwissenheit in diesem Punkt zuschreiben, aber es ist zu bedauern, daß sogar die römische Rechtslehre, oder vielmehr der darauf gegründete 133ste Artikel der peinlichen Halsgerichtsordnung; daß nemlich eine Leibesfrucht noch kein Mensch sey, und erst gegen den vierten Monat das

quemlichkeit, Verpflegung oder Glüksgütern mangelt. Aber auch nicht Alle sind so glük-lich. Viele unterliegen der Gefahr, welcher sie sich durch eine wilde, unbedachtsame Lebensart aussetzen, und oft vermöge ihrer Lage

aus-

das Leben bekomme, zur Volksmeinung geworden, und nicht nur zu so vielen sträflichen Versuchen unehlich Geschwängerter, sondern auch zu der leichtsinnigen Nachläßigkeit der Verehlichten offenbar Anlaß gegeben hat. — Eine Leibesfrucht mag in Absicht auf bürgerliche Handlungen ein Mensch seyn oder nicht, so ist keine Ursache, warum ich einem lebenden, von Mann und Weib gezeugten, und mit einer menschlichen Gestalt begabten Geschöpfe, den Titel eines Menschen absprechen sollte, um deswillen, weil solches noch vermittelst der Nabelschnur mit seiner Mutter zusammenhängt, und deren Einfluß bedarf, um zur völligen Reife zu gelangen — oder sagt man nicht, ein Thier lebe, wenn in dessen Gefässen eine regelmäßige Bewegung der Säfte bemerkt wird? — In diesem wahren Verstande aber lebt, wie Haller sah, und nach ihm noch Viele, ein Kind allezeit, und schon gleich nach der Empfängniß, denn schon von dem 26sten Tage an, kann man den menschlichen Keim deutlich erkennen, und schon gegen den 35sten die Theile desselben unterscheiden; schon in den ersten sichtbaren Theilen der kleinsten menschlichen Frucht ist eine Be-

K wegung

aussetzen müssen. Man unterhält sich immer lieber von seltnern Dingen, und gewöhnliche machen keinen so tiefen Eindruk auf uns. Von denen die bei einer solchen Probe zu Grunde gehen, wird nicht gesprochen. Aber sezt sich einmal eine Person vielen Gefahren, ihre Gesundheit zu verderben, aus, und kommt glüklich durch; so ist dies eine grose Seltenheit, und man stellt sie überall zum Vorwurf der Aerzte und Arzneikunde auf. Nicht selten aber kömmt einst Reue nach der That, und oft

leider!

wegung der Säfte vorhanden, die sich besonders in einem hüpfenden Punkt bemerken läßt, und eben so gewiß scheint auch die menschliche Seele gleich in den ersten Tagen den kindlichen Körper zu beleben; und wenn auch schon eine Leibesfrucht ihre fertigen Gliedmasen noch nicht freiwillig bewegt, so ist sie doch eben so gut belebt und beseelt, als ein Mensch, der gar keine willkührliche Bewegung mehr vornehmen kann, so lange dessen Geblüt umläuft, für beseelt gehalten wird. Wer könnte wohl den Todschlag eines schlafenden Menschen aus dem Grunde weniger strafbar finden, weil er sich nicht bewegt? Und ist es daher nicht gewiß, daß jede Person welche durch ihr vorsezlich unvorsichtiges Betragen während der Schwangerschaft, an dem Tod, und der frühzeitigen Geburt ihres Kindes schuld ist, des Kindermords schuldig seye.

leider! zu spät. Fast kein Mensch übertritt die Gesetze und Ordnung der Natur ungestraft in einem hohen Grade, er empfindet früh oder spät gewiß die übeln Folgen davon. Man ist nur sehr oft geneigt, sie dann einer ganz andern Ursache zuzuschreiben, um sich nichts vorwerfen zu müssen. Es versteht sich von selbst, daß Frauenzimmer überhaupt, und besonders schwächliche, sehr reitzbare Subjekte, alle üble Folgen einer vernachläßigten Diät, immer in einem höhern Grade empfinden müssen, wie ich schon mehrmals gesagt habe, und nie oft genug wiederholen kann. — Sie würden äusserst selten nöthig haben, sich vor einem Mißfall, oder einer frühzeitigen Geburt zu fürchten, wenn Sie mir in allen bisher abgehandelten Stükken, recht willige Folgen leisteten. Der gegenwärtige Abschnitt würde dann überflüßig seyn; denn der Hauptzweck der ganzen Abhandlung ist, wie Sie selbst sehen, Sie und Ihre Leibesfrucht bis zur ordentlichen Zeit der Geburt, recht gesund zu erhalten. Doch da es auch Fälle giebt, wo Sie so ziemlich unschuldigerweise, auf eine entferntere Ursache einen Mißfall erleiden können, und da auf Ihr Verhalten in diesem Stücke, während dem Anfall sehr viel ankommt; so erfordert es die Vollständigkeit und das Ganze dieses Werkchens, daß ich Sie auch damit be-

 kannt

kannt mache, damit Sie sich bey eintretender Gelegenheit desto besser in Acht nehmen, und die Gefahr selbst vermindern können.

Ich habe vorhin gesagt, daß es Frauenspersonen giebt, die sich vielen Ursachen des Abortirens aussetzen, und dennoch davon verschont bleiben, wenn bey Ihnen die Disposition, oder die Neigung dazu fehlt. Dies ist aber so zu verstehen: alle Frauenzimmer haben die Disposition zu Umschlägen, nur einige in geringerm, andere in höherm Grade; und diese grösere oder geringere Disposition richtet sich nach der Beschaffenheit Ihrer körperlichen Constitution, Erziehung und Lebensart. Doch ich werde, um recht deutlich und verständlich seyn zu können, schon ein bisgen medicinisch zu Werke gehen müssen, und meine L. werden dann auch bey diesem Abschnitt, alle Ihre Gedult nöthig haben. Wenn Sie aber bedenken, daß er ohnstreitig mit der wichtigste ist, so werden Sie mir gewiß Ihre ungetheilte Aufmerksamkeit einige Minuten schenken. Lang soll es ohnedies nicht werden, denn Ort und Raum verbieten mir von selbst so vollständig zu seyn, als ich gern wünschte. Ich kann daher auch nur das Wichtigste dieses Umstandes berühren, und Sie werden desto ehender erlöst.

Bey der Entstehung eines Mißfalls, oder einer unzeitigen und frühzeitigen Geburt, finden,

wie

wie bey andern Krankheiten, vorzüglich zweyerley Ursachen statt:

1) Eine disponirende oder vorbereitende Ursache, (welches diejenige Beschaffenheit des Körpers und vorzüglich der Gebährmutter ist, vermöge welcher sie sich bey eintretender Gelegenheit zusammenzieht, und die Leibesfrucht fortstößt.)

2) Eine Gelegenheitsursache, welche wenn sie eintritt, die disponirende Ursache erweckt und würksam macht. Je gröser also die Neigung zu Mißfällen ist, desto geringer darf nur die Gelegenheitsursache seyn, welche ihn hervorbringt. Zu den erstern disponirenden Ursachen gehören überhaupt Schwäche und kränkliches Wesen, zu grose Reitzbarkeit des Körpers, und vorzüglich der Gebährmutter. — Der Zusammenhang der Nachgeburt oder des Mutterkuchens mit der Gebährmutter, von welchem die Leibesfrucht ihre Nahrung erhält, richtet sich fast immer nach der Stärke oder Schwäche des ganzen Körpers, und vorzüglich nach der örtlichen Beschaffenheit der Gebärmutter. Die Trennung desselben von der Gebährmutter, auf welche, wenn sie beträchtlich ist, immer ein Blutfluß, Mißfall, oder der Tod des Kindes erfolgen kann, muß also sehr leicht erfolgen, — und erfolgen können, da der Zufluß des Bluts in eine schwache Gebährmutter,

sehr unordentlich geschieht — bald zu heftig, bald aber zu geringe ist; so daß im ersten Fall, ein Blutfluß entsteht, und es im andern der Leibesfrucht an hinlänglicher Nahrung fehlt. In beyden Fällen kann also die Leibesfrucht zu Grunde gehen, wenn sie entweder durch den Blutfluß losgerissen wird und fortgeht, oder sich aus Mangel der Nahrung von der Gebährmutter trennt, und nach und nach abstirbt. Diesen Umständen sind vorzüglich sehr junge und schwächliche Frauenzimmer unterworfen, die sich zu früh verheurathen. Denn bey solchen jungen Personen, deren Körper selbst noch nicht recht ausgebildet ist, und die gehörige Stärke erlangt hat, kann die Leibesfrucht die hinlängliche Nahrung nicht erhalten. Sie muß sich wegen der in diesem Alter gewöhnlichen Schwäche und Reizbarkeit des ganzen Körpers, vorzüglich aber der Gebährmutter, und wegen dem geringern Zusammenhang des Mutterkuchens mit derselben, sehr leicht losreissen und abgehen können. Die Erfahrungen der größten Aerzte und Geburtshelfer bestätigen die Wahrheit dieses.

So wie aber eine zu grose Reizbarkeit der Gebährmutter Ursache des Abortirens seyn kann, so ist auch im Gegentheil eine zu grose Härte und Unbiegsamkeit derselben ebenfalls nicht weniger im Stande, das Nemliche hervorzubringen,

wenn sie der nöthigen Ausdehnung der Leibesfrucht widersteht, und sie nur bis auf einen gewissen Grad. zuläßt, wo sie sich zusammenzieht und dieselbe fortstößt. Diese Beschaffenheit der Gebährmutter ist oft angebohren, und findet sich nicht selten bey Frauenzimmern, die sich zu spät verheurathen. Doch der Gebrauch der Schnürbrüste trägt nicht wenig zu ihrer Entstehung bey, weil sie gewöhnlich von der zärtesten Jugend auf getragen werden, wo noch alle Theile sehr nachgiebig sind, und äusserst leicht Eindrükke annehmen. — Dies sind die gemeinsten prädisponirenden Ursachen des Mißgebährens. Ich würde Sie ermüden, wenn ich noch weitläufiger seyn wollte, und ich übergehe daher billig die übrigen widernatürlichen und kränklichen Beschaffenheiten der Gebährmutter, der Leibesfrucht und der ihr angehörigen Theile, die auch oft Ursachen der Umschläge seyn können. — Aber noch eins muß ich wiederholen, ehe ich mich zu den Gelegenheitsursachen wende. Ich habe es zwar schon gesagt, aber ich kann es nicht oft und ernsthaft genug sagen, weil es so äusserst wichtig für Ihr ganzes künftiges Leben ist. **Hüten Sie sich ja mit der äussersten Sorgfalt für dem ersten Mißfall! Beobachten Sie ja in Ihrer ersten Schwangerschaft alle die Regeln so genau als möglich, die ich Ihnen die Ehre**

hatte vorzuschreiben! Ausserdem daß Sie würklich bey jedem Mißfall Ihr Leben aufs Spiel setzen; so wird doch wenigstens Ihre Gesundheit dadurch so zerrüttet — und geschwächt, die Gebährmutter erhält eine solche Neigung zu fernern Mißfällen, die sehr oft nachher durch die besten Mittel und die strengste Diät nicht gehoben werden kann, denn es ist eine ausgemachte Wahrheit, daß ein Mißfall immer mehrere nach sich zieht.

Ich habe Sie vorhin mit denjenigen Ursachen bekannt gemacht, die schon vor der Schwangerschaft, auch ohne Ihre Schuld zugegen sind, und theils gehoben, theils nicht gehoben werden können. Fast scheint es überflüßig zu seyn, Sie davon unterrichtet zu haben. Doch wenn Sie auch weiter keinen Nutzen von der Kenntniß derselben erlangen, so ist es wenigstens dazu gut, daß Sie vielleicht nun, mit gröserer Vorsicht alle Gelegenheitsursachen vermeiden, die Ihnen einen Mißfall verursachen können, wenn Sie eine solche Beschaffenheit des Körpers bey sich verspüren, oder auch nur vermuthen, — wenn es auch würklich nicht ist — denn Vorsicht schadet nie.

Die Gelegenheitsursachen, die einen Mißfall hervorzubringen im Stande sind, können theils von Ihnen vermieden, theils auch nicht

vermieden werden. Die meisten aber doch gewiß. — Der Vollblütigkeit, die zwar nur dann vorzüglich übele Würkungen hervorbringt, wenn das Blut durch irgend eine Ursache in vermehrten Umlauf geräth, muß ich hier zuerst mit einigen Worten gedenken. Sie ist nicht selten die Ursache der Umschläge, weil dadurch die Blutgefäße zu sehr ausgedehnt, zerrissen, der Zusammenhang der Nachgeburt mit der Gebährmutter vermindert, aufgehoben, oder die Nerven gedrückt, und die Gebährmutter zur Zusammenziehung gereizt werden können. Unter die entferntern Ursachen, die auch öfters ohne Ihre Schuld eintreten, gehören alle äussere Gewaltthätigkeiten. — Alle hitzige, sehr schmerzhafte und convulsivische Krankheiten, die Sie und die Leibesfrucht während der Schwangerschaft überfallen, tödten, oder doch eine frühzeitige Niederkunft, zu verursachen im Stande sind. —

Unter die andern Gelegenheitsursachen, die Sie meistens vermeiden, oder deren Würkungen Sie doch einigermassen mäßigen können, gehören alle diejenigen Dinge, die Ihnen schon aus dem Vorhergehenden bekannt sind; die ich aber denn doch noch einmal im Allgemeinen wiederholen will, damit Sie sich dieselben recht tief ins Gedächtniß prägen. Da die nächste Ursache des Mißgebährens, wie schon gesagt, Ablösung des

Mutterkuchens von der Gebährmutter, und daher entstehender Blutfluß ist; so müssen also auch alle diejenigen Dinge, die denselben mehr oder weniger trennen können, nach dem Grade ihrer heftigen oder anhaltenden Würkung, einen Mißfall hervorzubringen im Stande seyn. — In die erste Classe gehören ohne Ausnahme, alle zu heftige angenehme und unangenehme Leidenschaften. als Zorn, Furcht, Schrekken/ Gram/ Traurigkeit und Freude, u. s. w. von denen ich schon bey einer andern Gelegenheit das Nöthigste erinnert habe. — Zweytens alle zu starke und heftige Leibesbewegungen, Erschütterungen des Körpers und Pressungen des Unterleibs/ durch enge Kleider, Schnürbrüste/ schnelles Fahren in einem erschütternden Fuhrwerk, besonders auf unebenen Wegen/ Reuten, Tanzen, Springen, besonders von einem hohen Orte, Steigen auf Thürme/ Berge, hohe Treppen/ Laufen, Stossen und Fallen/ vorzüglich auf den Unterleib, zu vieles Sitzen/ das Aufheben und Tragen schwerer Dinge, das Uebersichreichen/ zu vieles Spinnen und Haspeln/ bey sehr zärtlichen Personen, ferner heftiges Lachen, Singen/ Niesen, Schreyen, Brechen rc. rc. Drittens alle erhitzende Speisen und Getränke, die das Blut sehr stark in

Wallung

wallung bringen, und die Nerven reitzen. Ferner zu wenig und zu vieles Essen, Verstopfung und Durchfälle. Zu sparsames und zu häufiges Blutlassen/ besonders Fußaderlässe / Fußbäder, warme Bäder — und zuletzt alle heftig würkende starke und hitzige Arzneyen, die noch weit gefährlichere Zufälle erregen können.

Nun wird es nöthig seyn, Sie auch von den Zeichen eines bevorstehenden Mißfalls, oder einer frühzeitigen Geburt zu unterrichten, damit Sie wissen, wie Sie sich dabey verhalten, und wann Sie sich um Hülfe umsehen sollen. — Ist eine der obenberührten Ursachen vorhergegangen, auf welche Mißfälle erfolgen können, oder befinden Sie sich auch ohnedies übel, fühlen Sie Schmerzen in den Lenden, die sich nach vornen erstrekken, oder eine ziehende drükkende Empfindung in der Schoosgegend — die den Geburtswehen gleicht, findet sich wohl gar Abgang des Bluts ein, so ist das erste und beste, was Sie thun können und müssen, sich gleich ruhig zu halten und zu Bette zu legen. Meiden Sie dabey ferner alle zu nahrhafte, erhitzende Speisen und Getränke, alle Arzneyen, vorzüglich hitziger Art, zu warme Zimmer und Bettdecken, und suchen Sie gleich vernünftige Hülfe, dann im Anfang kann oft noch durch eine gute zweckmäßige

sige Behandlung der Abgang verhütet, oder doch wenigstens die dabey eintretende Gefahr, vermindert werden.

Es kommt übrigens hier auf einen sehr wichtigen Unterschied an, der Nichtärzten und Aerztinnen äusserst schwer begreiflich zu machen ist, und wovon doch so gar vieles in Ansehung des guten oder schlimmen Ausgangs abhängt. Es kommen nemlich zwey Fälle besonders in Betracht, und ich mache sie auch hier vorzüglich nur deswegen mit den wichtigsten Unterscheidungszeichen und der verschiedenen Behandlungsart derselben etwas näher bekannt, damit Sie sehen, wie viel auf die Bestimmung einzelner Umstände ankommt, wie leicht Sie irren können, und wie gefährlich ein solcher Irrthum für Sie werden kann. —

Sind blos Krämpfe, die auf eine starke Erschütterung des Körpers, oder eine heftige Leidenschaft folgen, die Ursache der obenbenannten Zufälle, welches gemeiniglich der Fall bey blassen, schwächlichen, reitzbaren, empfindlichen, und zu Mutterbeschwerden geneigten Personen zu seyn pflegt; ist während dem Anfall der Puls klein, weich, geschwind, schwach, sind die äussern Gliedmassen kalt anzufühlen, ist dabey kein, oder nur ein sehr geringer Blutfluß, öfnet sich der Muttermund nicht; so ist das Aderlassen schädlich,

und

und der Abgang kann oft noch durch ruhiges Verhalten und gelind krampfstillende Mittel, wie z. B. einige Tassen Chamillenthee, mit etlichen Tropfen versüßten Salpetergeist, oder weissen Hoffmännischen Tropfen, und durch die angeführten krampfstillenden Klystire aus einem Absud von Chamillen — verhütet werden. Der verdienstvolle seelige Jükkert rühmt in diesem Falle sehr den Gebrauch einer Mischung von versüßtem Salpetergeist, Melissen- und Chamillenessenz, nebst destillirtem Citronenöle; da aber durch den unrichtigen Gebrauch dieser Arzney, ungleich mehr Nachtheil entstehen kann, als von derjenigen, die ich so eben anrieth, so könnte diese Gefahr zu vermeiden, letztere nur nach der Vorschrift eines gegenwärtigen Arztes zugelassen werden. —

Ich komme zum zweyten, diesem ganz entgegengesetzten Falle. Gieng eine von den bekannten Gelegenheitsursachen vor den obenberührten Schmerzen und Empfindungen vorher: ist das Blut in einer sehr grosen Wallung, besonders bey einer ohnedies starken, gesunden und vollblütigen Person, (welches man aus der Röthe und Hitze des ganzen Körpers, dem harten, geschwinden und vollen Pulse, und den übrigen schon angeführten Zeichen der Vollblütigkeit erkennt) ist dabey kein, oder nur ein sehr geringer Abgang des Bluts aus der Mutter gegenwärtig, (NB. oh-

ne

ne Eröffnung des Muttermundes) so kann auch hier nicht selten der Abgang der Leibesfrucht durch eine Aderlasse am Arm, die äusserste Ruhe in Ansehung des Sprechens und Bewegens, durch den häufigen Genuß einer nicht warmen Gersten- oder Haber-Ptisane, mit Zitronensaft, Weinessig, oder gereinigtem Salpeter versetzt, (oder auch wohl blosen Wassers mit Zitronensaft oder Himbeerenessig vermischt,) nebst Vermeidung aller sehr nahrhaften und erhitzenden Speisen und Getränke, wohin vorzüglich Eyer, Fleisch und fette Fleischbrühen, und alle gewürzte sogenannte kräftige Hühnersuppen gehören, noch verhütet, und die gröste Gefahr vermieden werden, wenn man diese Mittel zur gehörigen Zeit, und ordentlich gebraucht. Es wäre übrigens auch noch recht gut, wenn Sie sich bey einem solchen Falle, die Folgen nicht allzufürchterlich vorstellten, denn die Furcht kann, wie Sie wissen, die Gefahr vermehren. Vertrauen Sie sich hier mit Leib und Seele dem Arzte, und seyn Sie guten Muths, dies wird gewiß Ihre Genesung befördern. —

Sind aber die Schmerzen sehr heftig, entstehen wahre, ordentliche Wehen die den Muttermund öffnen und die Wasserblase spannen — so kann selten oder fast nie der Mißfall oder die frühzeitige Niederkunft verhütet werden. — Die

Gefahr

Gefahr richtet sich dann vorzüglich nach der Beschaffenheit des dabei gegenwärtigen Blutflusses, ob derselbe gros, oder geringe und sonst mit gefährlichen schlimmen Zufällen, als Krämpfen und Convulsionen oder Gichtern begleitet ist. Uebrigens gilt hier in Ansehung der Diät und des übrigen Verhaltens, alles, was so eben gesagt worden ist, (um so mehr, je gröser die Gefahr ist,) ausser der Aderlasse, wenn schon viel Blut verlohren gegangen, und die Person sehr entkräftet seyn sollte. — Alle zusammenziehende und stopfende Mittel, die den Mißfall verhüten sollen, schaden hier ausserordentlich; sie können die heftigsten Gebährmutterentzündungen, die bösartigsten Geschwüre, und in der Folge selbst Krebs derselben verursachen, und man erreicht dennoch seinen Endzwek, die Leibesfrucht zu erhalten, nicht. — Oeffnet sich der Muttermund immer mehr und mehr, dauern die Schmerzen fort, und werden immer heftiger, stellen sich alle Zeichen der Niederkunft ein, so kann die Schwangere gelind mitarbeiten, und man muß das Uebrige, wenn sonst keine übele Zufälle zugegen sind, der Natur allein überlassen, so wird bisweilen, wenn nicht schon von selbst, oder durch Versehen die Blase zerrissen worden ist, das ganze Eychen ohne grose Gefahr gebohren. Dies geschieht vorzüglich in den

ersten Monaten der Schwangerschaft. Zu dieser Zeit sind auch meistens die weissagenden Zeichen des bevorstehenden Mißfalls, wie zum Exempel die Schmerzen in der Lenden- und Schoosgegend kaum merklich; — aber später hinaus sind nicht allein die Geburtsschmerzen heftiger, sondern der Abgang ist auch überdies noch mit andern Zufällen, als mit vorhergehendem Milchfieber, plötzlichem Aufschwellen der Brüste, Schauder und Kälte der äussern Gliedmasen u. s. w. verbunden.

Ich habe vorhin gesagt: daß die gröste Gefahr vom Blutfluß selbst abhängt. Da aber dies ist, und da nicht selten die monatliche Reinigung in der Schwangerschaft erscheint; so wird es nicht überflüßig seyn, (damit Sie nicht unnöthiger Weise erschrekken, aber auch nicht die nöthige Hülfe versäumen) daß ich Sie hier etwas genauer mit den Zeichen bekannt mache, durch welche Sie diese von jenem unterscheiden, und darnach die gehörigen Maasregeln nehmen können. — Die monatliche Reinigung erscheint zur gewöhnlichen Zeit; der Blutfluß aber ist natürlicherweise an keine bestimmte Zeit gebunden. Sie fließt ferner ohne wehenähnliche Empfindungen und Schmerzen, wenn sie nicht auch ausser der Schwangerschaft immer von leztern begleitet war. — Die Menge des Bluts ist auch

geringer, als beym Blutfluß. — Es ist ferner dünne und helle, und nicht gleichsam faserigt und klumpfigt; als wie bey dem Abortus. — Der Muttermund ist dabey nicht geöfnet, wenigstens der innere Theil desselben nicht, — auch stellt sich daher natürlicher Weise keine Wasserblase; und dann ist auch keine solche Ursache vorhergegangen, worauf gewöhnlich ein Mißfall zu erfolgen pflegt. — Diese Unterscheidungszeichen sind sehr wichtig, und verdienen die größte Aufmerksamkeit von Ihrer Seite — denn Sie wissen aus dem Vorhergehenden, daß die Erscheinung der monatlichen Reinigung während der Schwangerschaft, um so mehr, wenn sie von andern Unbequemlichkeiten begleitet wäre, — immer verdächtig ist, und die strengste Lebensordnung erfordert. Ich habe schon an einem andern Ort die Verhaltungsregeln in dieser Rücksicht — doch aber nur im Allgemeinen berührt. Das Nemliche, was ich damals sagte, gilt um so mehr, bey jedem Blutflusse, wenn er auch ohne alle übele Zufälle, als Schmerzen und Wehen ꝛc. ꝛc. seyn sollte. Ruhe des Geistes und des Körpers, tiefes Stillschweigen, nichts als kaltes Getränke in Menge, z. E. Citronenwasser, oder Wasser mit Himbeereßig, nebst Vermeidung aller erhitzenden, gewürzten und zu nahrhaften Speisen und Getränke, zu groser Hitze des

Zimmers und zu warmer Bettdecken, ist hier äusserst nöthig. Kurz das ganze Verhalten in Ansehung der Diät, muß das nemliche, als wie bey den Zeichen eines bevorstehenden Mißfalls seyn; denn gewöhnlich geht ein mehr oder weniger starker Blutfluß vor einem Mißfall vorher, welcher alsdann durch eine genaue und strenge Lebensordnung oft noch verhütet werden kann. — Gegenwärtige Vollblütigkeit kömmt hier vorzüglich in Betracht. Ich habe an einem andern Ort dieses Abschnitts schon angemerkt, daß dieselbe nur dann vorzüglich übele Würkungen hervorbringt, wenn irgend eine Gelegenheitsursache, wie zum Beyspiel, eine heftige Bewegung, oder der Genuß erhitzender Speisen und Getränke vorhergegangen ist, wodurch das Blut in Wallung geräth, und natürlich sehr leicht die Nachgeburt von der Gebährmutter getrennt, und ein Mißfall erregt werden kann. Ausser der strengsten Diät — die so eben angerathen worden ist, und die nicht genau genug beobachtet werden kann, dient, bey einer vollblütigen Person, wo noch nicht sehr viel Blut verlohren gegangen ist, (und wo Zeichen der Vollblütigkeit gegenwärtig sind) eine Aderlasse auf dem Arm — aber ja nicht auf dem Fusse. — Ich bitte hier übrigens den Abschnitt, wo ich vom Aderlassen überhaupt weitläufiger sprach, zu wiederholen, ich habe nur noch dies

zuzusetzen; durch vorsichtige und zur gehörigen Zeit angestellte Blutausleerungen durch Aderlassen, kann sehr oft bey vollblütigen Personen, die um eine gewisse Zeit immer Mißfälle zu erleiden pflegen, denselben vorgebeugt werden, wenn man sie nebst der strengsten Diät, vier bis acht Tage vor der Zeit, wo sonst die monatliche Reinigung erschiene, und die Mißfälle erfolgten, vornimmt. Denn diese Zeit ist für Schwangere, die schon mehrmals unglücklich waren, vorzüglich in den ersten vier Monaten der Schwangerschaft am gefährlichsten, wo sie in jedem Betracht am strengsten auf sich Acht zu geben haben; doch die Sache ist zu wichtig, als daß hier etwas ohne den Rath eines Arztes vorgenommen werden sollte, welches nicht weniger auch in Ansehung aller Arzneyen zu verstehen ist, die den Mißfall verhüten, und die fernere Neigung dazu heben sollen. Ich habe Sie zwar schon vor dem unvorsichtigen Gebrauch derselben in einem der vorigen Abschnitte gewarnt, aber auch hier kann ich diese Warnung nicht ernsthaft genug wiederholen; denn es ist gewiß: daß sich viele, in der Absicht einen Mißfall zu verhüten, erst durch den unbedächtsamen Gebrauch vieler Arzneyen dazu geneigt machen. Folgen Sie mir meine v. Leserinnen! unternehmen Sie in dieser Rüksicht nichts ohne den Rath Ihres Arztes, und

ben Sie sicher, daß das beste Mittel Sie gesund zu erhalten und die meisten Mißfälle und frühzeitige Geburten zu verhüten, eine vernünftige, zwekmäßige Diät, und die Vermeidung aller der Ursachen ist, die den Gebrauch von Arzneyen nothwendig machen können. — Und nun noch ein Wörtchen von den Folgen der Umschläge, ehe ich weiter gehe. Sie sind immer gefährlicher für die Mutter, als natürliche zur rechten Zeit erfolgende Geburten, weil sie weit häufiger als diese, einen plötzlichen, geschwinden Tod, oder doch einen siechen kränklichen Körper nach sich ziehen können; denn was Ihre Gefahr noch überdies vermehrt, ist, daß man in den ersten Monaten der Schwangerschaft, sehr wenig thätige Hülfe leisten kann. — Ich würde dies meinen v. L. gar nicht sagen, wenn ich Sie nicht dadurch doppelt vorsichtig zu machen gedächte.

Auch die Geburt todter Kinder, wenn sie früh absterben und fortgehen, gehöret hierher, und mein Plan erfordert: daß ich auch davon etwas sage. Sie verursachen meist deswegen eine frühzeitige oder unzeitige Niederkunft, weil das Blut nicht mehr zwischen denselben und der Mutter gehörig umläuft, sich in der Gebährmutter anhäuft, und dieselbe zur Zusammenziehung reizt; und es ist ein überaus heilsamer nothwendiger Trieb der Naturkräfte sie fortzuschaffen, sie würden

den sonst leicht verfaulen, (besonders wenn die Wasserblase gesprungen ist, und die Luft zutreten kann,) das Blut der Mutter anstekken, selbst Entzündung der Gebährmutter, und noch weit üblere Zufälle verursachen, wenn es nicht geschähe. — Die nemlichen Ursachen, die eine frühzeitige Geburt, oder einen Mißfall hervorbringen können, sind auch im Stande, die Kinder in Mutterleibe zu tödten, wenn sie vielleicht gelinder, langsamer und anhaltender würken. — Die Zeichen allein, als Mangel der Bewegung des Kindes, auch wenn man den Leib mit einer kalten Hand berührt, Fallen eines schweren Körpers von einer Seite zur andern, Empfindung von Kälte in der Gebährmutter, öfteres Schaudern und Ohnmachten, aus deren Gegenwart der verdienstvolle Jükkert mit Gewißheit den Tod des Kindes bestimmen will, scheinen mir nicht hinreichend zu seyn, und ich würde noch folgende, als Einfallen des Leibes, Zurükziehung des Nabels, Empfindung einer Schwere in dem Bekken, mit beständigem Druck, nach den äussern Geburtstheilen, vorzüglich im Gehen und Stehen, Aufschwellen der Brüste unter einem Fieberfrost, Zusammenfallen derselben, und die Gegenwart einer wässerigten Milch, hinzusetzen. Und dann müßte eine solche Ursache vorhergegangen seyn, welche den Tod des Kindes vermuthen

 liesse.

liesse. — Alle übrige Zeichen, als übele Farbe des Gesichts, Flekken desselben, schwerer, übelriechender Athem, Schwindel, Ohrenbrausen, Kopfwehe, Ohnmachten, ein unangenehmer garstiger Geschmack im Munde u. s. w. können von vielen andern Ursachen herrühren, und beweisen den Tod des Kindes — nicht. Es ist aber dennoch sehr gut, daß die Mutter, wenn sie kränkliche Zufälle, wie z. E. eine gewisse unangenehme Empfindung in der Lenden- und Rükkengegend, eine Schwere im Unterleib, geringere Bewegung des Kindes u. s. w. verspührt, sich gleich ruhig verhält, nur leichte, aber nahrhafte Speisen genießt, und schikliche Hülfe sucht. Denn oft kann auch hier durch den zeitigen Gebrauch passender Mittel, verbunden mit der gehörigen Diät, das Kind am Leben erhalten, und die frühzeitige Geburt verhindert werden. — Die Geburt eines todten Kindes ist zwar gemeiniglich unter sonst gleichen Umständen langsamer, aber denn doch nicht gefährlicher und schwerer, als die eines lebendigen. Alle treibende Mittel, die Geburt zu beschleunigen, sind daher hier, so wie in allen andern Fällen, äusserst schädlich. Denn sie sind nicht im Stande ohne Nachtheil der Gesundheit wahre Wehen zu erwekken, und vermehren auf eine schädliche Weise die gegenwärtigen. Der verdienstvolle Herr D. Zükkert räth

zwar

zwar hier, die Wehen zu verstärken, eine Mischung von versüßtem Salpetergeist mit Saffranessenz. Obgleich die geringe Quantität, in welcher er diese Mittel verschreibt, nicht viel schaden kann, hingegen aber auch keine grose Würkung hervorzubringen im Stande ist; so ist es doch immer besser, daß man der Natur alles so lange überläßt, als keine gefährliche Zufälle erscheinen; dann aber auch gleich Hülfe sucht (oder Sicherheitswegen, vorher schon einen geschikten Geburtshelfer um Rath fragt) denn zu dieser Zeit ist würklich thätigere Hülfleistung nöthig, als Arzneyen, durch deren Gebrauch, wenn sie auch ganz unschädlich seyn sollten, man oft sehr viel versäumt, wenn man lange vergeblich auf ihre Würkung hofft, da ein geschikter Geburtshelfer durch seine Kunst, auch in diesem Falle, den meisten übeln Folgen, gewiß viel schneller und sicherer vorbeugen kann.

Dreyzehnter Abschnitt.

Vom Selbststillen und der nöthigen Vorbereitung dazu, während der Schwangerschaft.

Auch diese Materie scheint mit in meinen Plan zu gehören, in sofern es nemlich die Vorbereitung zum Selbststillen anbetrifft; und ich halte es dahero allerdings für nothwendig, denjenigen meiner v. L. die die süsesten aller Pflichten erfüllen wollen, etwas Weniges über die Vortheile des Selbststillens, in Absicht auf Ihre Gesundheit, und von den Verhaltungsregeln und den Mitteln zu sagen, durch deren Beobachtung und Anwendung während der Schwangerschaft, Sie sich recht geschikt dazu machen können. Doch da mir mein vorgesetzter Plan gegenwärtig nicht erlaubt, weitläufiger hierüber zu sprechen; so werden Sie sich schon begnügen müssen, wenn ich nur das Wichtigste berühre.

Gewiß ist es, daß die Natur dem schönen Geschlechte die Brüste nicht allein zur Zierde, sondern hauptsächlich zu dem grosen Endzweck ertheilt hat, damit der künftige Erbe dereinst seine

Nah=

Nahrung aus dieser Quelle erhalten sollte *). Die gütige Mutter Natur läßt auch hier, so wie in andern Fällen, diejenigen würkliche Vortheile geniesen, die ihrem Winke folgen; denn es ist eine bekannte, und nach dem einstimmigen Urtheil der grösten Aerzte ausgemachte Sache: daß diejenigen Weiber, die ihre Kinder selbst stillen, merkliche Vortheile in Ansehung ihrer Gesundheit vor denjenigen geniesen, die es nicht thun. Das Selbststillen schützt vor mancherley Gefahren, und stärkt überhaupt den weiblichen Bau. Die Kindbetterreinigung fließt bey stillenden Müttern nicht so stark und lange, die Gebährmutter bekömmt dadurch Zeit, ihre vorige Stärke geschwinder wieder zu erlangen, und macht eben dadurch zur künftigen Absonderung des Monatlichen, und zu neuen Schwangerschaften geschickter. Dies ist die Ursache, warum oft viele kränkliche Frauenzimmer, während dem Kinderschenken eine bessere Gesundheit erhalten; es ist übrigens eine bekannte Sache, daß die Mütter, welche ihre Kinder selbst stillen, zu der Zeit überhaupt besser aussehen, munterer sind, und mehr Appetit haben, als wenn sie es nicht thun; und eine andere Beobach-

 tung

*) Die moralischen Bewegungsgründe zum Selbststillen weiter auszuführen, überlasse ich billig den Herren Theologen. Ich spreche hier blos als Arzt.

tung von überaus groser Wichtigkeit ist, daß man selten eine Mutter während der Stillzeit sterben sieht. Die Sterblichkeit des weiblichen Geschlechts ist überhaupt während diesem Zeitpunkt sowol, als während der Schwangerschaft selbsten geringer. Gewiß ein Umstand, der schon viele Mütter zum Selbststillen bewegen sollte! Wie vielen grosen gewiß nicht in der Einbildung bestehenden Gefahren sind aber auf der andern Seite nichtstillende Mütter ausgesetzt! heftige schmerzhafte Entzündungen der Brüste, die sehr oft in Vereiterung übergehen, und den ganzen Bau der schönsten weiblichen Zierde zerstören, hartnäkigte Verhärtungen und Knoten, die nicht selten zur Entstehung des Krebses Gelegenheit geben, gefährliche, nicht selten tödtliche Milchversetzungen und Fieber, vermehrter und verlängerter Abgang des Geblüts, und daher entstehende Anlage zu mehrern Krankheiten, weisser Fluß u. s. w. sind die Gefahren und Krankheiten, denen Nichtstillende weit mehr als Andere unterworfen sind. Gewiß Uebel, die die eingebildeten Nachtheile des Selbststillens und die Einwürfe dagegen, bey weitem überwiegen.

Der Raum erlaubt mir nicht, hier alle Einwürfe anzuführen und zu widerlegen, die von je her gegen das Selbststillen gemacht worden sind. Ich werde daher nur das Resultat der größten

Aerzte

Aerzte über diese wichtige Materie liefern. Die meisten Einwürfe aber fallen von selbst weg, wenn man nur erst bestimmt, welche Mütter, und wie lange sie stillen sollen? Doch von diesem Letztern anderstwo mehr!

Nur gesunde Mütter sollen säugen. Das heißt solche, die weder zu heftigen Leidenschaften unterworfen sind, noch sonst den Keim zu irgend einer Krankheit bey sich tragen, die gut gestaltete Brüste und Warzen, und eine genugsame gute, weder zu dünne noch zu dicke Milch haben; wovon der beste Beweiß ist, wenn das Kind gut fortfährt, gesund und stark wird. Die berühmtesten Aerzte geben einstimmig der Muttermilch, wenn sie aus gesunden Brüsten gesogen wird, den Vorzug vor allen andern. Es ist auch ganz natürlich und der Vernunft gemäß. Dann welche Nahrung kann dem Kinde angemessener seyn als Muttermilch? selbst darinn sehen wir einen Wink der Natur, daß die erste Milch abführt. Krüger sagt so schön als wahr; „Die Aerzte haben darge„than, daß Speise und Trank in die Art unsers „Körpers verwandelt werden müssen, wenn es „uns heilsam seyn soll. Diesem zufolge geschieht „die Verdauung und Verwandlung des Milch„saftes viel leichter, wenn die genossene Milch „den Säften des Kindes sehr nahe kommt; wel„che Milch kann ihm aber wohl näher kommen,

„als

„als die von einem Blut entstandene, dadurch „das Kind ganzer neun Monate erhalten wor„den, und welches also das Blut des Kindes „selbst ist?“ Selbst erwachsenen Personen fällt ja oft der Wechsel in Ansehung der Nahrungsmittel schwer, und manche ertragen ihn nicht ohne Nachtheil ihrer Gesundheit; um wie vielmehr ist dies nicht bey einem schwachen zärtlichen Geschöpfe zu besorgen? Und welcher Unterschied noch überdies zwischen mütterlichen und gedungenen Brüsten? Gewiß! wenn es die Gesundheitsumstände der Mutter erlauben, so thut sie immer besser, es selbst zu schenken, als es einer Säugamme zu überlassen. Selbst viele geschikte Staatsmänner leiten die grösere Sterblichkeit der Säuglinge von der üblen Gewohnheit her, sie Säugammen anzuvertrauen, oder auf eine andere Art auferziehen zu lassen.

Nun fragt sichs, welche Frauenzimmer sollen nicht stillen? Die größten Aerzte halten mit allem Recht, alle sehr schwächliche, sehr junge, mit sehr reitzbaren empfindlichen Nerven begabte, die einen Mangel an Milch oder Säften überhaupt verrathen, die eine schwache Brust, einen trokkenen Husten oder Blutspeyen haben, solche die während der Schwangerschaft eine schwere Krankheit erlitten, oder bald nach der Niederkunft von gefährlichen Zufällen oder heftigen

Leiden=

Leidenschaften überfallen worden sind, ferner solche, die wegen Krankheit nicht hätten heyrathen sollen, solche, die schon öfters Mißfälle erlitten haben, und dadurch sehr geschwächt worden sind, und endlich alle diejenigen für untüchtig zum Selbststillen, die zu kleine, übelbeschaffene Brüste, und zum Saugen ganz untaugliche, durch keine Kunst zu verbessernde Warzen haben.

Was müssen nun aber diejenigen Frauenzimmer und vorzüglich Erstgebährende während der Schwangerschaft, und besonders gegen das Ende derselben thun, die sich zum Selbststillen tüchtig machen wollen, wenn es keine der obigen Umstände verbieten? Es ist nicht genug meine schöne L.! daß Sie während der Schwangerschaft recht genau nach allen Regeln dieses Büchelgens leben, damit das unsichtbare Pfand ihrer Liebe, das Licht der Welt gesund erblikt; nein! ich verlange jezt schon mehr. Eine noch andere Pflicht vor Ihrer Entbindung ist die gehörige Vorbereitung zur Ernährung des neuen Weltbürgers. Es ist nun einmal wie Sie wissen, die Absicht der Natur daß eine Mutter ihr Kind selbst säugen soll; dazu hauptsächlich gab sie ihr Brüste und Milch, womit sich jene gerade zu der Zeit füllen, wenn ihr Verzehrer erscheinen soll. Inzwischen sind oft Fehler von mancherley

Art

Art der Ausübung dieser Pflicht hinderlich; doch einigen ließe sich vorbeugen, noch vor der Geburt des Kindes. Die Bildung der Brustwarzen gehört vornehmlich hieher. Gute Brustwarzen müssen walzenförmig und weich, ziemlich lang und ein wenig dicke seyn, damit das Kind sie leicht fassen und trinken kann. Fehlen diese Eigenschaften einer Erstgebährerinn die etwa durch enge Kleider oder Schnürbrüste *) die gehörige Ausbildung der Warzen gehindert hat, so muß sie sich dieselben baldmöglichst zu verschaffen suchen. Dies ist ein Umstand von ausserordentlicher Wichtigkeit. Herr Hofrath Stein beschreibt den ganzen Vorgang mit dem Pinsel der Natur; und ich entlehne hier zum Besten meiner L. folgendes von ihm: „Vor der Niederkunft denkt man an nichts weniger, als an die Vorbereitung der Brüste zu ihrer künftigen Verrichtung. Wenige Stunden, höchstens den Tag nach der Niederkunft legt man das Kind an die Brust, deren Warzen gemeiniglich so tief liegen und so kurz sind (die Rede ist hier von Erstgebährenden) daß sie das Kind nur zwischen den Kinnladen fassen kann. Hiermit kneipt es die Warzen, und indem es dieselben stark an sich zieht, verursacht es

*) Ich bitte hier meine v. L. den Abschnitt von der Kleidung einer Schwangern, noch einmal zu lesen, und zu beherzigen.

es der Mutter Schmerzen und macht die Warzen wund. Das Kind läßt oft die Warzen fahren, weil es nicht damit zurechte kommen kann, und diese verkriecht sich jederzeit wieder, und muß jederzeit wieder aufs frische heraus gezogen werden. Die Mutter leidet dabey heftige Schmerzen, und das Kind saugt seinen eigenen Speichel, vielen Wind, und ein wenig wässerigte Milch, welche dasselbe anstatt zu nähren, nicht ohne empfindliche Darmschmerzen purgirt. Unter diesen fruchtlosen Versuchen kommt der dritte Tag heran, und mit ihm das Milchfieber. Die Brüste schwellen auf und werden hart, die Warzen ziehen sich nun noch weit mehr zurück, und können vom Kinde nicht ohne Schwierigkeit, und von Seiten der Mutter nicht ohne heftige Schmerzen gefaßt werden. Die Mutter entblößt bey dieser Gelegenheit die Brüste oft und lange; erkältet sie; und nun werden die Brüste knotigt und schmerzhaft, und das ganze Ab- und Aussonderungsgeschäfte der Brust geräth ins Stecken, das Milchfieber verschwindet nicht allein nicht, sondern wird auch heftiger, und endlich sieht die abgemattete Mutter, daß sie nicht im Stand ist, ihr Kind zu stillen. Glücklich ist sie noch, wenn durch Entzündung und Eiterung, ihre Warzen nicht verstümmelt, ihre Brüste vernarbt werden, auch sie dadurch auf

zeit-

zeitlebens untüchtig wird, ein Kind zu stillen. Ihr Kind indessen wird aus Mangel der Nahrung, des Schlafs und der Ruhe, entkräftet, welk und elend, und entgeht, wenn man ihm nicht bald durch eine gute Nahrung zu Hülfe kommt, selten dem Tode." Ist diese Beschreibung nicht ganz treffend, wahr, und der Natur gemäs? Liest nicht manche gewesene Kindbetterinn ihre eigene Geschichte hier? und ist es also nicht sehr vernünftig und rathsam, eine kurze Zeit eine kleine Unannehmlichkeit zu erdulten, um eine grösere dadurch zu verhüten? — Personen die schon mehr gesäugt haben, oder denen wenigstens die Milch vor und nach der Entbindung häufig ausfliest, bedürfen dieser Sorgfalt die Warzen vorzubereiten, nur selten. Wann die Milch aber nicht ausläuft, so muß eine Person mit mangelhaften Warzen, schon zu Anfang des neunten Monats, an deren Verbesserung gedenken; fliest aber die Milch aus, so wartet man lieber bis nach der Entbindung: dann die zur Verbesserung der Warzen nöthigen Mittel, vermehren zugleich den Ausfluß der Milch, und schwächen dadurch Mutter und Kind. — Sehr oft liegen die Brustwarzen zu tief, und ragen nicht genug hervor, oder sie sind zu hart und gleichsam mit einer Borke bedeckt. In diesem Falle bestreicht man alle Abend beym Schlafen-

gehen, die Warzen mit einer Salbe, die aus gleichen Theilen Jungfernwachs, Mandelöl und Wallrath besteht, und wischt sie morgends mit einem mit Seifenwasser befeuchteten Schwamme ab. Dies wiederholt man so lange bis die Warze weich und rein wird; alsdann sucht man sie zu verlängern und die Milchröhren zu eröffnen. Dies geschieht am besten durch Saugen mit dem Mund, durch Saugglässer oder durch die Steinische Milchpumpe. Dies muß täglich einigemal geschehen, und dabei müssen die Warzen nachher oft mit warmem Weine oder Lavendelspiritus gewaschen werden, um die Haut zu stärken, die sonst leicht wund wird und sich abschuppt. Während dem Gebrauch dieser Mittel müssen die Warzen immer mit einem Wachshütgen bedekt werden, damit sie vor dem Druk der Kleider geschüzt sind. Diese Wachshütgen müssen aber offen seyn, damit sie die Milch durchfliesen lassen, und inwendig mit obbemeldeter Salbe bestrichen werden, damit die Warzen nicht ankleben.

Vielen meiner v. L. wird der Gebrauch der Milchpumpe fremd seyn. Diesen zu gefallen will ich etwas weniges davon sagen. Die Milchpumpe dient dazu die Milch aus der Brust einer Wöchnerinn mit Sicherheit und ohne Schmerzen auszusaugen und die Brustwarzen zu verlängern

und zum Sauggeschäfte tauglich zu machen; in welcher letztern Absicht sie Herr Hofrath Stein schon acht bis vierzehn Tage vor der Niederkunft anlegt. Auf diese Art hat er Frauenzimmern, die gleichsam tiefe Löcher statt der Warzen in den Brüsten hatten, die besten Warzen gebildet. Zwey Stunden nach der Niederkunft muß man den ersten Versuch machen, das Kind an die Brust zu legen. Empfindet die Mutter indem das Kind saugt, heftige Schmerzen, so muß man das Kind abnehmen, und die Brust wie oben gesagt, saugen lassen. Diejenigen Frauenzimmer, die sehr kurze Warzen haben, denen die Milch vor der Entbindung nicht ausgeflossen ist, und die die bisher angezeigten Mittel zu gebrauchen verabsäumet haben, kommen oft vor 8, 14 Tagen nicht in den Stand, ihr Kind stillen zu können, und während dieser Zeit gerinnt gemeiniglich die Milch in den Brüsten, vornemlich wenn sie verkältet worden, und es entstehen tausenderley übele Folgen, wie Sie schon gehört haben. Es ist also weit rathsamer, denselben bey Zeiten vorzubeugen, besonders da es auf eine so leichte Art geschehen kann.

So weit von der Vorbereitung zum Selbststillen!

Vierzehnter Abschnitt.

Von den Zeichen der herannahenden Geburtszeit, und dem Verhalten der Schwangern kurz vor, und während der Niederkunft.

Nichts liegt wohl jungen, zum erstenmale schwangern Weibchen mehr am Herzen, als die wahre, eigentliche Zeit ihrer Niederkunft zu wissen; nichts macht Ihnen mehr Unruhe, und in keinem Stükke betrügen Sie sich doch häufiger, als gerade in der Zeitrechnung Ihrer Schwangerschaft. Vielleicht verdiene ich einen kleinen Dank, wenn ich Sie ein wenig darüber belehre; denn es ist allerdings um vieler grosen und kleinen Ursachen willen sehr nöthig, daß Sie gehörig davon unterrichtet sind, damit vor der Niederkunft alles in Bereitschaft ist, was Sie und der junge Gast nöthig haben; — damit Sie sich ferner nie zu frühe anstrengen, und Ihre Kräfte verschwenden, noch viel weniger aber die rechte Zeit der Niederkunft vorbeystreichen lassen, und vielleicht zu spät sich nach der erforderlichen Hülfe umsehen.

Die Zeitrechnung der meisten Schwangern ist nicht selten sehr unregelmäßig — und viele junge Weibchen rechnen oft so untereinander, daß sie am Ende selbst nicht daraus kommen können. Weder das Ausbleiben der monatlichen Reinigung, noch die erste Bewegung der Leibesfrucht sind das gewisse untrügliche Ziel, wovon man mit Gewißheit die Zeit der Niederkunft bestimmen kann. Die Woche läßt sich daraus selten, und der Tag noch viel weniger vorhersagen. Denn nicht allen Frauenzimmern bleibt, wie Sie aus dem Vorhergehenden wissen, gleich nach der Empfängniß die monatliche Reinigung aus; und viele können sie noch in den ersten Monaten der Schwangerschaft haben. Eben so wenig geschieht auch bey allen, die erste Bewegung des Kindes in der Hälfte der Schwangerschaft, oder zu Ende des fünften Monats. Denn es kommt hier überaus viel auf die Gesundheit, Stärke, und Schwäche der Mutter und des Kindes an. Starke und gesunde Kinder bewegen sich gewöhnlich früher und heftiger, schwächliche hingegen später, und oft sehr undeutlich. — Wie leicht kann sich daher eine Schwangere irren, wenn Sie daraus den wahren Zeitraum der Schwangerschaft, und die Zeit Ihrer Niederkunft ganz gewiß bestimmen will, da sogar, wie ich schon ebenfalls erinnert habe, krampfhafte

Bewegungen der Därme, und anderer Eingeweide des Unterleibs, nicht selten die Bewegung des Kindes, sehr genau nachahmen können. Doch im Ganzen genommen ist es zum Glück nicht so wichtig für Sie, den Zeitraum der Schwangerschaft, als vielmehr den eigentlichen Zeitpunkt der innstehenden Geburt, oder Niederkunft zu wissen, um darnach Ihre Maasregeln nehmen zu können.

Die gewöhnliche natürliche Zeit, die das Kind im Mutterleibe zubringt, und nach deren Verlauf es den Gesetzen der Natur gemäs, gebohren werden soll, sind neun Sonnenmonate, oder 39 Wochen, welche aus 273 Tagen bestehen; und die Geburt erfolgt dann gewöhnlich, zu der Zeit, wenn die monatliche Reinigung zum neuntenmale erscheinen sollte. Doch rechnet man auch noch auf eine andere Art; nach 10 Mondsmonaten nemlich, jeden Mondsmonat zu 4 Wochen, jede Woche zu 7 Tagen, und also den ganzen Zeitraum der Schwangerschaft zu 40 Wochen oder 280 Tagen. Bey der runden Zahl, wenn man nach 10 Monaten rechnet, steht man sich fast besser, es macht dann eine Hälfte der Schwangerschaft wie die andere 20 Wochen aus, — und die Geburt fällt dann auch nach Herrn Hofrath Stein, in die 10te vierwöchige Periode, von der letzten Erscheinung des Mo-

natsflusses an gerechnet. Doch diese beyde Rechnungsarten sind ziemlich willkührlich. Man kann sich bey einer sowol, als bey der andern irren, und bey beyden finden Ausnahmen statt; denn nicht jede Schwangerschaft dauert gerade 9, oder nach der andern Rechnung, 10 Monate; und manche (unter diese gehören besonders die meisten Erstgebährenden) können, wie bekannt, früher, manche etwas später niederkommen, ohne sich in ihrer Rechnung gerade sehr betrogen zu haben. —

Die eigentlichen, gewissern Zeichen der nicht mehr weit entfernten Geburtsstunde, erscheinen nicht immer sehr lange vor derselben, und können theils von Ihnen selbst, theils, und viel besser, durch die Untersuchung wahrgenommen werden. — Ich habe wohl nicht nöthig, Sie hier noch einmal vor einer mißverstandenen übelangebrachten Schaamhaftigkeit zu warnen, die die gefährlichsten und traurigsten Folgen für Sie haben kann, wenn Sie der hülfleistenden Person nicht erlauben, sich gehörig durch die Untersuchung von der Lage und Beschaffenheit der Leibesfrucht unterrichten zu können. Oft muß dann, wenn die Geburt unglücklich von statten geht, die vielleicht unschuldige Hebamme die Schuld tragen — so wie sie im Gegentheil mit unverdienten Lobsprüchen überhäuft wird. — Viele

Schwan-

Schwangere haben auch die übele Gewohnheit, sich nicht eher von der Hebamme anrühren zu lassen, — als bis sie im Geburtsstuhle sitzen; ohne den Schaden und die Gefahr zu bedenken, in die sie eine zu geschwind erfolgende Niederkunft stürzen kann; und viele Weiber suchen sogar eine Art von Ruhm darinn, daß sie auf solche Weise ihre Kinder oft noch vor der Ankunft der Hebamme gebohren haben, und es giebt mehrere, die es fast allezeit darauf ankommen lassen. Dieses trift besonders bey jenen oft zu, welche vormals lange vor der Geburt mit wilden und falschen Wehen geplagt worden sind, und jetzo glauben, es werde wieder so lange mit dem Gebähren anstehen. Sie nehmen sich vor, Sie wollen ein andermal nicht gleich Lärmen machen. Bey Erstgebährenden geschieht dies oft aus Unwissenheit; allein die Sache ist nichts weniger als gleichgültig. Das Kind kann bey der Geburt geschwinde Hülfe nöthig haben, aus deren Mangel es oft sein Leben einbüssen muß. Man weiß Beyspiele von Müttern, die auf solche Art ihre Kinder in der Geschwindigkeit allein gebohren haben, und solche auf die Erde fallen liesen, weil sie wegen dringenden Wehen nicht mehr zu Bette kommen konnten. In solchen Fällen kann die Nabelschnur abreissen, und das Kind kann sich zu tode bluten. Selbst die Gebährende ist von Sei-

ten der Nachgeburt gefährlichen Blutstürzungen, Muttervorfällen und andern übeln Zufällen ausgesetzt. Eine Schwangere, die nicht gleich von Anfang der Geburtswehen sich um Hülfe umsieht, setzt ihr eigenes und ihres Kindes Leben der größten Gefahr aus; sie arbeitet oft zu ihrem eigenen gewissen Untergang, wenn z. B. das Kind übel steht, und ohne Kunst, oder ohne Wendung nicht kann zur Welt gebracht werden. Ein kleines Nachdenken wird Sie von der Wahrheit dieses genug überzeugen. Sollten Sie auch schon ein oder mehrmalen diese gefährliche Probe ohne alle übele Folgen an sich gemacht, oder von andern gehört haben; so ist dies doch kein Beweis, daß es immer so geht, daß Sie immer so glüklich durchkommen werden. Denn ich brauche Ihnen doch wohl nicht weitläufig zu beweisen, daß sie einmal eine glükliche gute Niederkunft, und das anderemal eine schwere und gefährliche haben können? **Daß aber bey einer übeln widernatürlichen Lage des Kindes die Hülfleistung um so weniger gefährlich und schmerzhaft für Sie und die Leibesfrucht ist, und viel geschwinder von statten geht, je früher man davon überzeugt ist, das bitte ich Sie um Ihrer Selbst willen recht hübsch zu beherzigen.** Und ich rathe Ihnen daher zu Ihrem eigenen wahren Besten, und zur Verhütung vieler

übeln

übeln Folgen, die Untersuchung ja in der letztern Zeit der Schwangerschaft bey der geringsten Vermuthung der herannahenden Geburtszeit zuzulassen. Sie werden dann durch diese kleine unbedeutende Unbequemlichkeit, viele grösere verhüten können. — Doch verzeihen Sie diese kleine Ausschweifung, die vielleicht aber so ganz überflüßig nicht war, und ich fahre fort, von den Zeichen der herannahenden Geburt weiter zu sprechen. Ich werde um mehrerer Deutlichkeit willen, erst diejenigen Zeichen anführen, die sich in der letzten Zeit der Schwangerschaft ereignen, und die bald erfolgende Niederkunft vermuthen lassen, und dann von denjenigen weitläufiger reden, die kurz vor, und während der Geburtszeit erscheinen.

Unter die Vorläufer der herannahenden Niederkunft gehören: die voraussagenden Wehen oder sogenannten Kupfer, — die vermehrte Senkung des Leibes / — die geringe Unterdrükkung / oder der unwillkührliche Abfluß des Urins, — der vermehrte Trieb zum Stuhlgang / — die vermehrte Anfeuchtung und Geschwulst gewisser Theile und der Füsse 2c. 2c. Unter die gewissen und untrüglichen Zeichen der gegenwärtigen Geburtszeit aber gehören: die wahren Wehen — die Oefnung des Muttermundes — die Erscheinung und

das Zerplatzen der Wasserblase u. s. w. Ich werde, um nicht zu weitläufig zu seyn, nur von den vorzüglichsten dieser Zeichen, das Wichtigste, das Nöthigste sagen, damit Ihnen alles so deutlich als möglich wird; nur muß ich dabey im Allgemeinen erinnern: daß nicht alle und jede derselben bey allen Schwangern in eben dem Maaße und zu gleicher Zeit erscheinen, oder so genau auf einander folgen; sondern daß auch hier Ausnahmen statt finden, und daß nur die Menge der Zeichen, oder die Gegenwart der wichtigsten den Ausschlag giebt. Es ist also gut, daß Sie auch dabey das Ausbleiben der monatlichen Reinigung, und die erste Bewegung des Kindes mit in Rechnung bringen, um ihrer Sache desto gewisser zu seyn. Die Niederkunft erfolgt nach den natürlichen Gesetzen dann, wann die Gebährmutter den höchsten Grad ihrer Ausdehnbarkeit erreicht hat, sich dann zusammenzieht, und die Leibesfrucht samt den ihr angehörigen Theilen fortstößt.

Die sogenannten **voraussagenden Wehen, Vorläufer oder Kupfer**, die in der letztern Zeit der Schwangerschaft oft einige Wochen vor der Niederkunft erscheinen, sind nur in Ansehung der Dauer und Heftigkeit von den **wahren Wehen**, von welchen ich gleich nachher sprechen werde, verschieden. Sie entstehen so wie diese

in

in der Gegend der Lenden / und erstrekken sich nach vornen in den Schoos und gegen das heilige Bein zu, und verursachen daselbst eine ziehende, niederdrükkende Empfindung und Trieb zum Uriniren und Stuhlgang. Sie kommen vorzüglich gern gegen Abend, und verlieren sich meistens wieder im Bette, durch eine etwas gerade Lage des Körpers. Diejenigen, die schon mehr gebohren haben, lassen sich zwar nicht leicht irre davon machen; aber Erstgebährende werden sehr oft dadurch betrogen, indem sie die Geburtsstunde näher glauben, als sie würklich ist. Die Schwangern werden genöthigt: sich während des Anfalls, mit Zurückhaltung des Athems und übereinander gebissenen Lippen, am ersten besten Gegenstand fest zu halten, und so den Schmerz vorüber gehen zu lassen. Oft werden sie dabey so unruhig, daß sie bald da, bald dort hinlaufen, und sich über grose Beängstigungen beklagen. Hier muß ich meine L. warnen, sich ja nicht zu frühe in den Marterstuhl sperren, noch viel weniger aber sich zur heftigen Verarbeitung dieser Wehen, anstrengen zu lassen. Es ist sehr gut, wenn sie sich während derselben mehr leidend verhalten, und nicht durch starkes Drükken dieselben zu vermehren, aber auch nicht durch Schreyen und Seufzen, die nöthige Würksamkeit und Gewalt derselben auf die Gebähr-

mutter,

mutter, zu vermindern suchen. — Diese Vorläufer erscheinen zwar nicht zur bestimmten Zeit, kommen aber gegen das Ende der Schwangerschaft, jemehr sich dieselbe ihrem Ziel nähert, öfter, werden heftiger, und verwandeln sich endlich in die **wahren Geburtswehen.**

Die Senkung des Leibes erfolgt nicht immer zur bestimmten Zeit, und in gleich hohem Grade; sie ereignet sich manchmal einige Wochen, manchmal nur einige Tage vor der Niederkunft, und öfters recht deutlich erst nach dem Wassersprung. Die Dikke des Leibes verliehrt sich überhaupt dabey etwas merklich in der Gegend des Nabels, er wird mehr platt, und die Rippen werden freyer. Die Schwangere schöpft dann zwar auch etwas besser, oder vielmehr freyer Athem, aber das Sitzen und Gehen wird ihr beschwerlicher — und sie muß, wenn sie das Gleichgewicht um nicht zu fallen halten will, mit einwärts gebogenem Rükken gehen.

Die wahren Wehen oder Geburtsschmerzen entstehen von der Zusammenziehung der Gebährmutter, wenn der obere Theil derselben die Wasserblase nach unten drükt, dadurch auf die Theile des Kindes würkt, und den Muttermund zu erweitern sucht. (Es würken zwar auch noch andere Theile mit; doch dies gehöret eigentlich nicht hierher.) Sie sind blos, wie schon gesagt,

gesagt, nur in Ansehung der Dauer und Heftigkeit, von den voraussagenden verschieden. Sie entstehen wie diese, und endigen sich wie diese, doch mit mehr Nachdruck, und sind, wie gesagt, heftiger. Dabey ist gewöhnlich öfterer Trieb zum Stuhlgang und Urinlassen, Zittern der Glieder, vorzüglich der Knie, Röthe des Gesichts, Hitze über den ganzen Körper u. s. w. Der Unterschied dieser **wahren Wehen**, von den sogenannten **falschen**, oder **wilden Geburtsschmerzen**, die so oft zum größten Nachtheil der Gebährerinn von Unwissenden mit einander verwechselt werden, und von denen ich gleich nachher sprechen werde, ist äusserst wichtig. Denn wird bey der Gegenwart blos **wilder Wehen** die Gebährerinn zu früh angestrengt, und wenn die Geburt nicht bald erfolgt, weil noch keine **wahre Wehen** zugegen sind, wohl gar mit treibenden Mitteln mishandelt, so setzt sie sich der größten Gefahr aus, und verschwendet ohne allen Erfolg die nöthigen Kräfte, so daß sie, wenn die **wahren Geburtswehen**, die nur allein zur Geburt des Kindes hinlänglich sind, erscheinen, zu sehr abgemattet, und nicht mehr im Stande ist, sie gehörig auszuarbeiten, und die Geburt zu beendigen. Die Wichtigkeit dieses Unterschieds erhellt also von selbst daraus. Doch hier **kommt das** meiste auf die Hebammen an,

und

und diese können sich nicht leicht irren, wenn sie auf die obenberührte Beschaffenheit der Wehen, ihre Entstehung und Richtung, und noch darauf Acht geben, daß sich hierbey der Muttermund zu öfnen, und die Wasserblase in demselben zu erscheinen pflegt. — Es ist nöthig, daß die Hebamme vor, während, und nach jeder heftigen Wehe behutsam touchire, um die wahre Beschaffenheit des Muttermundes, und das Vorrükken der Geburt immer so genau als möglich zu beobachten. Denn während den Wehen wird der Muttermund und die Wasserblase gespannt, nach denselben ersterer aber mehr erweitert gefunden; die untersuchende Person könnte sich sehr leicht irren, wenn sie nur während den Wehen touchirte, und die Geburtszeit noch weit entfernt glaubte, weil sie den Muttermund hart, und so wenig erweitert findet. — Die Blutstreifen, welche sich unter diesen Umständen nach der Untersuchung an dem Finger zeigen, gehören ebenfalls unter die Merkmale der immer mehr herannahenden Geburtsstunde. — Noch muß ich bey dieser Gelegenheit bemerken: **daß die Oefnung des Muttermundes ohne wahre Geburtswehen, kein untrügliches Zeichen der nahen Niederkunft ist.** Denn bey vielen Schwangern, die schon öfters gebohren haben, öfnet sich der äussere Theil des Mutter-

ter-

termundes wohl schon eine geraume Zeit vor der Geburt; bey Erstgebährenden hingegen nur kurz vor, und während derselben. Diesen Umstand haben Hebammen wohl zu merken, damit sie nicht, wenn sie diese Oefnung der Mutter bey einer Schwangern finden, dieselbe gleich ohne die Gegenwart wahrer Geburtswehen, vergeblich und zum grösten Nachtheil anstrengen.

Nebst den wahren Wehen und der Oefnung des Muttermundes, gehört noch die Erscheinung der Wasserblase in demselben, zu den gewissen untrüglichen Zeichen der nahen Geburt. — Die Leibesfrucht liegt bekanntermassen in der Gebährmutter, in einer aus verschiedenen dünnen Häutchen bestehenden eyförmigen Hülle, die mit einer Feuchtigkeit angefüllt ist, welche man insgemein Schaaf- oder Kindswasser nennt. So wie zur Zeit der Niederkunft die Wehen stärker werden, und sich der Muttermund öfnet, so erscheint natürlicherweise eine Blase in demselben, und nun heißt es: die Wasser stellen sich. Unter jeder Wehe oder Zusammenziehung der Gebährmutter wird diese Blase angespannt und nach derselben wie der Muttermund, wieder etwas schlapp. Endlich platzt diese Blase früher oder später, und es läuft mehr oder weniger, von dieser

Feuch-

Feuchtigkeit fort; dies nennt man den Wassersprung, und ist vorzüglich Erstgebährenden zu wissen nöthig, damit sie nicht erschrekken, wenn die Wasser plötzlich springen. — Oft gehen auch schon einige Wochen vor der Geburt die sogenannten falschen Wasser ab, deren Abgang aber mit keinen Wehen begleitet, sondern ohne grosse merkliche Empfindung ist. Und hierüber müssen sie eben so wenig erschrekken, denn dieser Abgang ist mit keiner Gefahr verbunden; indem hier nur diejenige Feuchtigkeit weggeht, welche sich zwischen den Häutchen des Eyes, oder zwischen demselben und der Oberfläche der Gebährmutter befindet, und das falsche Wasser genannt wird. Eben sowol kann auch der plötzliche Abgang einer Menge Urins, den Wassersprung nachahmen, und Schrekken verursachen. Beyde Fälle können aber auch sehr leicht von einander unterschieden werden, wenn man auf die beym Urinlassen gewöhnliche Empfindung, und auf die Beschaffenheit der abfliessenden Feuchtigkeit etwas genauer Acht giebt. Der Urin ist meistens durchsichtig, gelblich oder röthlich. Die in dem Eychen enthaltene Feuchtigkeit aber, oder das Kindswasser ist dicklich, weniger durchsichtig, weislich, schleimicht, und von einem besondern Geruch. — Die noch nicht gesprungene Wasserblase hilft am besten den Muttermund gleichförmig erweitern,

und

und die in derselben enthaltene Feuchtigkeit ist nebst noch andern Endzwekken, vorzüglich auch dazu bestimmt, bey ihrem Abfluß diejenigen Theile, wodurch das Kind gehen muß, schlüpfrich zu machen, und so die Geburt zu erleichtern. Es kann also überaus schädlich für die Mutter werden, wenn man diese Blase unbedachtsamer Weise zu frühe zerreißt oder zerschneidet. — Die Fälle, wo die Häute zerschnitten oder gesprengt werden müssen, gehören nicht hierher, ich rede gegenwärtig nur von dem Nachtheil des allzufrühen Abflusses dieser Feuchtigkeit, wodurch die Geburtstheile trokken, und der Durchgang der Leibesfrucht erschwert werden muß. Und zudem ist jedes Accouchement, jede Hülfleistung nach lange abgeflossenem wasser, nachdem sich die Gebährmutter über die Theile des Kindes zusammengezogen hat, immer schwerer für den Hülfleistenden — immer gefährlicher und schmerzhafter für die Mutter und das Kind. — Sie sehen also auch daraus, wie gut es für Sie ist, wenn Sie ihr Leben und Gesundheit lieben, daß Sie ja recht bald, bey jeder übeln schweren Geburt, wo Sie Hülfe nöthig haben, dieselbe gleich suchen, welches um so nothwendiger ist, wenn sich etwa der Geburtshelfer nicht in der Nähe befindet; denn hier muß vorzüglich auch die Zeit mit in Anschlag gebracht werden, die zum grösten Nachtheil

der Gebährenden verstreicht, bis derselbe am gehörigen Orte eintreffen kann. —

Und nun, ehe wir weiter gehen, ein Paar Wörtchen von den falschen oder wilden, und vermischten Wehen, und dem Mangel wahrer Geburtsschmerzen. Die falschen Wehen unterscheiden sich von den wahren dadurch, daß sie nicht wie diese entstehen und sich endigen; noch viel weniger aber mit der Eröfnung oder Erweiterung des Muttermundes verbunden sind. Es sind vielmehr meistens krampfhafte Empfindungen und Leibschmerzen, die von Unreinigkeiten, verhärteten Excrementen, Blähungen, u. s. w. in dem Magen und den Gedärmen herrühren können; Sie werden vorzüglich in der Gegend des Nabels empfunden, und erstrekken sich queer über den Leib. Sie sind auch mit keinem Druck nach vornen und unten, so wie die wahren Wehen verbunden, und würken gar nicht auf die Erweiterung des Muttermundes, denn er wird, weder während, noch nach denselben mehr erweitert, vielmehr aber öfters noch mehr krampfhaft zusammengezogen angetroffen. Sie lassen sich ferner nicht selten leicht durch ein krampfstillendes oder gelind ausleerendes Clystir, aus Chamillen, mit etwas Leinöl, und durch einige Tassen Chamillenthee, und andere gelinde

Mittel

Mittel vertreiben, worauf gemeiniglich die wahren Wehen heftiger zu werden pflegen; und Schwangere können meistens davon verschont bleiben, wenn sie in der letztern Zeit der Schwangerschaft, nur meist leicht verdauliche Speisen, und nicht zu viel essen, sich immer noch eine gelinde Bewegung machen, und manchen Tag, wenn sie von Verstopfungen vorzüglich geplagt werden, einige Messerspitzen von einer Vermischung von 2 Loth Englischen oder Seignettesalz, mit einem Quentchen feiner Rhabarber versetzt, nehmen, und sich bey Annäherung der Geburtszeit gleich ein erweichendes gelinde ausleerendes Clystier beybringen lassen; welches Letztere um so nöthiger ist, da harte Excremente in dem Mastdarm ausserdem die Geburt verzögern, und diese Ausleerung sonst wohl gar während derselben vor sich gehen könnte, — welches der Hülfleistenden Person immer sehr beschwerlich und unangenehm seyn muß.

Nicht selten sind auch die sogenannten falschen oder wilden Wehen, mit den wahren verbunden, welches man aus der Verschiedenheit der Schmerzen, und auch daraus merkt: daß sich, wie schon gesagt, bald der Muttermund öfnet, bald wieder zuschnürt. Sie lassen sich, wenn sie von Krämpfen aus dem

Unterleib und den obenberührten Ursachen herrühren, leicht durch die daselbst angeführten Mittel, als krampfstillende Clystire, und Thee aus Chamillen, vertreiben.

Von dem Mangel wahrer Geburtswehen nur das Wichtigste. — Ich kann ohnmöglich alle Ursachen desselben berühren, ich würde sonst zu weitläufig, und für manche meiner Leserinnen zu gelehrt oder kunstmäßig seyn müssen, und daher den mir vorgesetzten Zweck dennoch nicht ganz erreichen. — Also Vollblütigkeit / zu grose Reitzbarkeit und Schwäche des Körpers sind die gemeinsten Ursachen des Mangels hinlänglicher wahrer Wehen. Im ersten Falle dienen Aderlässe, im zweyten krampfstillende, und im dritten stärkende Mittel. Man muß aber auf den Unterschied dieser Fälle äusserordentlich aufmerksam seyn, weil in allen dreyen die Behandlung sehr verschieden ist. Vollblütigkeit erkennt man aus den schon einmal angeführten Kennzeichen derselben, aus der Stärke und Gesundheit der Person, aus dem vollen und starken Pulse, aus der Vollheit der Blutgefäse, verbunden mit Röthe des Gesichts, und Hitze oder Wärme über den ganzen Körper u. s. w. Hier vermehrt eine Aderlasse auf dem Arm meistens die wahren Wehen hinläng-

sich, welche um so ehender statt findet, wenn die Person in der letztern Zeit ihrer Schwangerschaft nicht zur Ader gelassen hat. Zu grose Reitzbarkeit des Körpers, und daher entstehender Mangel wahrer Wehen / oder statt deren falsche und wilde, finden sich öfters bey sehr empfindlichen und zu Krämpfen geneigten Frauenzimmern. Hier muß man untersuchen, ob diese Reitzbarkeit mit Vollblütigkeit oder Schwäche verbunden ist. Im erstern Fall helfen ebenfalls Aderlassen, und denn gelind krampfstillende Mittel und Clystire, und im andern stärkende Mittel mit krampfstillenden verbunden, wovon ich oben schon einige angeführt habe. *) Bey schwächlichen Personen aber, wo der Puls klein und schwach, und die äussern Gliedmasen kalt anzufühlen sind, wo alle Zeichen der Vollblütigkeit mangeln, würden Aderlässe schaden und nur stärkende Mittel passen. Aber dennoch müssen Sie sich auch hier, und noch mehr in den andern Fällen, vor allen treibenden und erhitzenden Mitteln, allen Essenzen, Tincturen, und Mutter-Elixiren, aus Bibergeil, Myrrhen,

*) Ich berufe mich hier auf das, was ich schon in Ansehung des Gebrauchs der Arzneymittel sagte, und wiederhole meine Meynung: Sie mehr von der Schwierigkeit einer passenden Anwendung zu überzeugen — als die Anwendung selbst zu lehren.

Aloe, Agtstein, Safran, Gewürznelken, Muskatennüssen und Blumen, Zimmet, Ambraöl, kurz für allen Gewürzen und gewürzten starken Weinen, geistreichen gebrannten Wassern und Liqueurs, zu starkem Caffee, Theriak, und wie sonst die Mordmittel alle heissen, sorgfältig hüten. Ich sage dieses im Allgemeinen, — denn ob es gleich einige wenige Fälle geben kann, wo eins oder das andere dieser Mittel in geringer Menge und äusserst vorsichtig anzuwenden wäre, so ist doch, wie Sie wissen, die genaue Bestimmung derselben mit sehr groser Schwierigkeit, und der unrichtige Gebrauch dieser Arzneyen mit so vieler Gefahr für Sie verbunden, daß Sie würklich besser thun, wenn Sie sich derselben gänzlich enthalten. — Ich habe zwar von der Schädlichkeit des willkührlichen Gebrauchs der Arzneyen überhaupt, und der treibenden Mittel besonders mehrmalen gesprochen, ich kann aber das Gesagte vorzüglich in Rüksicht der Letztern, nicht ernsthaft genug wiederholen, weil in Ansehung derselben die meisten, gröbsten und gefährlichsten Fehler zur Zeit der Niederkunft begangen werden. Wenn doch nur jede Schwangere bedächte, daß der unrichtige Gebrauch und Mißbrauch dieser Mittel, ihr durch heftige Blutflüsse, einen schleunigen Tod zuziehen, oder sie doch nach der Niederkunft, in die gefährlichsten

und

tödtlichsten Krankheiten, als Entzündung der Gebährmutter und Kindbetterinnenfieber stürzen kann; so würde sie gewiß dieser Warnung Gehör geben, und sich nicht muthwillig ungesund und unglüklich machen wollen, und sollten ihr dergleichen Mittel auch noch so sehr von geschäftigen Rathgeberinnen empfohlen werden. — Ich weis sehr wohl, daß es seltne Ausnahmen giebt, und daß dergleichen Personen immer ein Dutzend sogenannter Erfahrungen, oder vielmehr glüklicher Zufälle, aufstellen können, wo, durch den Gebrauch hitziger und treibender Mittel, die Geburt geschwind vollendet wurde. Ja! ja! eine blinde Henne findet bisweilen auch ein Körnchen. Aber, mögte man hier fragen, sind dann alle Fälle einander ähnlich, oder vielmehr gleich? Und wer steht für die Folgen? Ist es dann genug, blos gebohren zu haben, und bedarf die Mutter nach der Niederkunft keiner fernern Fürsorge? — Aber so weit denken dergleichen gutherzige Personen nicht. — Das einzige stärkende, und daher etwas treibende Mittel, welches man mit gehöriger Mäßigkeit in dem Falle erlauben kann, wenn die wahren Wehen würklich aus Schwäche ausbleiben, oder sich verlieren, ist ein Schluck Wein, oder eine in reinen guten Wein getauchte Biscuit. Hier müssen aber alle ebenberührte Zeichen der Vollblütigkeit mangeln,

kein Schmerz in der Gegend der Gebähr-mutter, kein Blutfluß, und sonst kein bedenklicher Zufall, sondern Schwäche und Entkräftung, kleiner matter Puls, kalte Hände und Füsse, und blasses Gesicht ꝛc. ꝛc. zugegen seyn, wenn es weniger schaden als nutzen soll.

In Ansehung der Vorbereitung zur Geburt, und des Verhaltens während derselben, habe ich noch folgendes zu erinnern. — Jede Schwangere, die besonders sehr hartleibig ist, und deren Oeffnung nicht gehörig von statten geht, oder welche während der Schwangerschaft keine Abführung genommen hat, und deswegen nur einige Unbequemlichkeiten verspürt, kann sich in der leztern Zeit der Schwangerschaft vor der Niederkunft, einer gelinden Abführung aus einigen Loth Manna und Tamarindenmark, oder auch Bitterwasser bedienen, und beim Eintritt der Wehen ein erweichendes Clystir setzen lassen, wenn es die Umstände erfordern. Ich berufe mich hier übrigens ganz auf das, was ich an einem andern Orte vom Gebrauch der Arzneymittel sagte. Für den gehörigen Abfluß des Urins, muß ebenfalls eine Schwangere zu dieser Zeit äusserst besorgt seyn und

denselben gleich lassen, so oft sie einen Trieb dazu fühlt. *)

Die **Kleidung** einer Gebährenden muß bequem, weit genug, und nicht zu warm, (versteht sich nach Verschiedenheit der Jahrszeit) doch aber auch nicht so dünne seyn, daß sie sich verkälten könnte.

Das Zimmer worinn eine Gebährende niederkommen will, muß, wenns anderst möglich ist, geräumlich, und die Luft darinn muß rein seyn. Doch darf sich die Gebährende nie der durchziehenden Luft, und am wenigsten auf dem Geburtsbette oder Stuhl aussetzen. Ist es Winter, so muß keine zu grose Hitze im Zimmer seyn — und das Geburtsbette, oder der Kreisstuhl, darf noch viel weniger zu nahe am Ofen stehen. Es sollten auch von Rechtswegen nicht mehr Menschen gegenwärtig

N 5 seyn,

*) Uebrigens muß ich hier recht ernstlich erinnern, daß vorzüglich eine Schwangere immer dem Ruf der Natur gleich gehorchen soll, und nie den Trieb zum Stuhlgang, noch viel weniger aber zum Urinlassen, unterdrükken darf, ohne die gefährlichsten Uebel, als gänzliche Verhaltung des Urins, schmerzhafte und gefährliche Entzündung der Blase, und plötzlichen Tod fürchten zu müssen.

seyn, als zur Hülfleistung und Handreichung nöthig sind. Zu viele Menschen verderben die Luft, und setzen das vielleicht schon ohnedies furchtsame Gemüth der Kreisenden, durch vieles Reden, Bedauern und Lamentiren noch mehr in Unruhe; welches vorzüglich bey einer etwas schweren und langsamen Niederkunft statt findet, wo denn selbst auch der Geburtshelfer belästigt, und in seinem Geschäfte gestört wird. Nicht weniger nothwendig ist es, daß bey solchen Gelegenheiten, die Hebammen oder Anwesenden von den Gebährenden vor und nach ihrer Arbeit, Katzen und dergleichen Thiere entfernen, indem man schon die schlimmsten Folgen von der Vernachläßigung dieses Umstands bemerkt hat. So hat Herr Hofrath Frank gesehen: daß eine Kindbetterinn der grösten Todesgefahr dadurch ausgesezt wurde, indem ohne ihr Wissen, eine Katze sich unter dem Kreisstuhle verborgen hatte, und sobald die Nachgeburt hervorgezogen worden war, sich auf die Geburtstheile der Kindbetterinn geworfen, solche sehr beschädigt, und beynahe eine tödliche Verstopfung des Nachgeblüts verursachet. Nicht selten geschieht es auch, daß die Katzen und jungen Hunde der Wärme nachschleichen, sich neben oder auf das schwache Kind in die Wiege legen, und solches

ches sogar ersticken. Noch muß ich die Hebammen und Anwesenden recht angelegentlich warnen: daß sie nicht die vielleicht schon ohnedies furchtsame Kreisende, durch Erzählung fürchterlicher Geschichten, oder übel und gefährlich abgelaufener Geburten noch mehr niederschlagen. Eben so wenig dürfen sie der Gebährerinn auf die Frage: „ob ihr Kind wohl beschaffen und ohne Muttermahl sey?“ immer so gerade zu die Wahrheit sagen, wenn es sich allenfalls nicht so verhielte. Die Sache durch Geschrey u. s. w. noch gröser zu machen, wäre doppelt strafbar. Oft sind es Kleinigkeiten die die Natur selbst in kurzer Zeit hebt; wie z. B. Ungestaltheiten am Kopf u. s. w. Besser ists in dergleichen Fällen immer, wann solche Dinge der Kindbetterinn so lange als möglich verborgen bleiben, und wenn durch die Anverwandten oder den Mann Rath geschaft wird. Man kann in diesen Umständen nicht behutsam genug seyn. Wie gefährliche Würkungen manchmal, sogar würkliche Kleinigkeiten in dieser Lage auf das empfindliche Gemüth eines Frauenzimmers äussern können, mag folgende Geschichte beweisen. Morgagni nemlich führt das Beyspiel einer Frau an, die statt eines sehr gewünschten Knäbleins, ein Mädchen gebahr. Ihr Mann war so un-

vor-

vorsichtig es ihr sogleich anzukündigen, und auf der Stelle ward sie von so heftigen Bangigkeiten überfallen, daß sie kurze Zeit darauf starb.

Von der Lage oder Stellung, die Sie vor oder während der Niederkunft nehmen müssen, werde ich nur wenig sagen, da solche nur vorzüglich von der hilfleistenden Person, nach ihrer eignen Bequemlichkeit, und nach Beschaffenheit der Umstände bestimmt werden kann, und muß. Nur das muß ich hier erinnern, daß ein Kreis- oder Geburtsstuhl nicht absolut nothwendig zur Niederkunft ist, und daß Sie in der Querlage, oder nach englischer Art, auf der rechten oder linken Seite liegend, eben so wohl, und so glüklich gebähren können; denn daß auch hierinn das meiste auf die Gewohnheit ankommt, sehen wir an dem Beispiel anderer Nationen. — Im Anfange der Geburtszeit, bevor die Wasserblase springfertig, oder schon gesprungen ist, können Sie, wenn Krankheiten keine Ausnahme machen, nach Ihrer Bequemlichkeit, bald gehen, stehen, sitzen, oder liegen. — Sobald aber die Blase springfertig, oder wohl gar schon gesprungen ist, so ist es nöthig, daß sich alsdann die

Gebährende, ein bequemes, vortheilhaftes, und beständiges Lager erwählt. —

Uebrigens folgen Sie recht schön der hilfleistenden Person, und arbeiten Sie, wenn's Ernst mit der Niederkunft wird, — die Wehen ohne Schreyen und Ungedult gehörig aus. Ganz ohne alle Schmerzen, kann zwar Ihre Niederkunft nicht seyn, aber stellen Sie sich dieselbe auch nicht gar zu gefährlich und schmerzhaft vor. Denn es geht bey weitem nicht so hart her, als Sie wohl glauben; und seyn Sie versichert, daß Sie sich das ganze Geschäft, durch ein vernünftiges standhaftes Betragen, recht sehr erleichtern und beschleunigen können! —

So weit hätte ich Sie also begleitet, meine v. Leserinnen! und nun gebietet mir mein Plan, vor diesmal Abschied von Ihnen zu nehmen. — Möchte doch dies Büchelgen Beyfall bey Ihnen finden, und alle den Nutzen stiften, den ich dadurch zu stiften mir vorsetzte; so wäre mein Endzweck erreicht. Wenn es mir übrigens Zeit und Muse erlauben; so werde ich vielleicht bald mein Versprechen erfüllen, und in einem zweyten Bändchen, etwas von dem nöthigen Verhalten der Frauenzimmer nach der Entbindung, und der Behandlung neugebohrner Kinder und

Säug-

Säuglinge sagen. Denn daß auch hierinn im Allgemeinen noch grose Vorurtheile herrschen, und aus Mangel einer bessern Kenntniß, manche wichtige Fehler begangen werden, lehrt leider! die tägliche Erfahrung!!

BSB Bayerische StaatsBibliothek

MDZ Münchener DigitalisierungsZentrum Digitale Bibliothek

Hoffmann, Georg Friedrich,

Wie können Frauenzimmer frohe Mütter gesunder Kinder werden, und selbst dabey gesund und schön bleiben?

Bd.: 1

Frankfurt ; Leipzig 1791

Regensburg, Staatliche Bibliothek -- 999/Paed.410(1
urn:nbn:de:bvb:12-bsb11301555-2
VD18 15499529-001